明治四十四年九月二十日發行

婦人衛生雜誌

第二百六十二號

婦人衞生雜誌

第二百六十二號目次

大日本婦人衛生會

十月例會通知

来る十月七日(第一土曜日)午後一時半より神田一ツ橋通り女子職業學校内に於て例會相開候間萬障御繰合せ御知友御誘引御來會被下度候也

明治四十四年九月二十日

私立大日本婦人衛生會

講演

呼吸器の衛生

ドクトル　富士川游

人間の呼吸をする經路は、鼻腔からズット中の肺臓まで管になつて居ります。咽喉、氣管、肺と云ふやうに一續きになつて居る。呼吸器の最も始めの鼻は、外部から見て能く分るやうに、孔が二ツ開いて居る、――此事は以前此會で西山君が鼻の事を述べられたから、私は其點を省いて呼吸器に付て御話しやうと思ひます。

人間以外の動物の鼻腔は、數多くあるのがありますから從て鼻で物を嗅別けるとか、或は道程を覺えて居るとか云ふことが出來ますが、人間の鼻孔は二ツであるから、從て其役目も減て居て、保護と物を嗅ぐとの二通りしかない。管を通して見ると二ツの腔が一ツになつてゐて、口の後の處に軟口蓋と云ふ壁のやうになつて居る、其後を通つて胃の中に入込むでゐる。精神病者などで、どうしても口を開かない、飯を食はない場合に、鼻腔から管で飲食物を通すと容易く胃の中に這入る。それから鼻血が出て、前から止められない場合に、矢張管を插しますと、その管の先が口の中へ出て來るから、それに藥を浸した綿を附けて引けば直ぐ止ります。鼻の腔は口の後まで下つて、その下部は胃の中まで續いて居る。鼻腔の中には色々な物が這入て居りまして、鼻の中を海に譬へれば、色々の川が流れ込むでゐる。即ち泣いた時に、涙が眼の外へ出ぬ場合は、鼻の中に這入る。それは涙が眼の頭の所にある小さな孔から鼻の中に這入るのであります。感冒を引いて耳が鳴るとか、

頭が重くなるとかすると、直ぐ鼻腔が塞がるから能く分る。又鼻の中には身體の痛みを感ずる神經が澤山ある、上と下と別々になつて居て、下の部分にも知覺がある。それで鳥渡觸つても直ぐ嚏をする。上の部分は鳥渡した香でも直ぐ嗅ぎ分けることが出來る位神經が澤山ある。又神經が過敏であるから、空氣中にある塵、黴菌のやうな極く小さいものまでも留めることが出來る。倘ほ鼻の中は粘膜が大層柔らかになつて居りまして、水分が多く、溫度も高いから、一度鼻腔を通ると、空氣中の塵も黴菌もなくなつて了ふ、即ち鼻で呼吸をすると、空氣は漉されて、一定の溫度と水分を持て、さうして人體保護の働きを爲すのであります。

次は物の香を嗅ぐ事、即ち鼻腔で物の香を嗅ぎ分けるのであります。是は動物の方が非常に鋭敏ですが、人間では左程の働きはないのでありまして、我々が鼻で物の香を嗅ぎ分けるのは、食物と空氣であつて、此食物は食つて宜しいか否かを嗅ぎ分けるのと、此空氣中に居ても宜しいか否かと云ふことを嗅ぎ分けるのであります。例へば密室などで、瓦斯が溜つて變な臭がするから、居てはいけないと云ふやうに、衞生學を知らないでもチャンと嗅ぎ分ける。春色々の花卉が咲き亂れて居る廣い野原に行くと、好い香がして心持ちが宜いから、息を深くする、息を深くすることは、さう云ふ場合に於て人間の養生に最も大切なものであつて、自然とさう云ふことをするやうに出來て居るのであります。

鼻はさう云ふ二ッの働きを有つて居る爲に、人間が常に息をするのには、口を塞いで鼻腔でするのでありますが、病氣になるとそれが出來ぬ場合がある。咽喉に腫物などが出來て、鼻腔で息が出來ぬ場合に、口で息をすると、今度は喉頭加答兒になるのであります。

次に息をする機關は喉頭、所謂咽喉であります。咽喉は管が二ッ竝むでありまして、前の方が息の通る管で、後の方が食物の通る管であります。通常入口

の處を咽喉と稱して居りますが、西洋では息の通る方を「ノド」と稱して居る、日本の言葉では「ノムド」と稱して息をする方も、食物の通る方も咽喉と謂ふが、咽が後で、喉が前になるのであります。兎に角喉頭、次が氣管、其下が肺で袋になつて居る。喉頭は呼吸をするのが主もな目的であるけれども、其外に聲を出す。樂器で謂ふと恰當「オルガン」の笛になつて居て、其笛の大きいと小さいとに依て、聲が高いと低いとの差別がある。男子の喉頭は大きいから聲が太く、女子の喉頭は細いから調子が高くなつて居る。それに聲帶と云ふものがありて、其上を塞ぐと開くとに依て、聲が出るやうになつて居る。斯の如く喉頭は話をすることゝ、息をすることの二ツの役目を司つて居るが、其下の氣管が小さくなると氣管枝になる。その部分は通常もう肺と稱して居ります。肺の仕事は呼吸をするのと、人體を養ふて居る血液に、酸素を送つて炭素を取るのでありますが、是は人間の食物と同じやうに必要であつて、幾ら食物があつても、血液に酸素を送つて炭素を取る呼吸の働らきがなければ死ぬるのであります。此大切な役目をする肺臓は、極く簡單な小さな袋で出來て居る。さうして此袋に血管があつて、恰當網の目のやうになつて居る。是は顯微鏡で見なければ分りませぬが、凡そ百七十萬もある。現に我々が一分間に凡十六回息をして居るとすれば、一日に二萬何千の息をする。さうして一息に一リートル半程空氣が這入ると一リートル程後に殘る。一リートルは凡五合五勺に當ります。先づ我々は一日に五十石──働らく人は百石位の空氣を吸收して居る。乃で人間が生活するには、部屋が凡そ何程なければならぬと云ふ理窟が分る。口はまあさう云ふ役目をして居る、肺臓が立派に出來て居て働きさへすれば健康を保つて居るが、其保護が悪いと病氣になる、之を呼吸器病と稱して居る。呼吸器病には色々數がありますけれども、最も注意しなければならぬのは、肺結核、俗に肺病と稱する病氣であります。この肺病は傳染病でありまして非

常に多いことの位かと云へば、人間の總死亡數を計算すると、例へば七十人死ぬと、其内七人は肺結核である。此前大阪でペストの流行時に際して、市民の該病患者を一々檢査した處が、五分の一は肺結核であつた。醫師の診斷した處では、五十人の内一人は必らず結核であると云ふことであります、此席には二百人程居られますが、此内の四人は結核患者である（笑聲起る）。それから醫師が診斷しない結核患者がドノ位あるかと云ふと、死亡者中三十歳を越えた者が百人中凡そ六人は肺結核に罹つて居つた。西洋で死亡者を解剖して見ると、百人中九十六人までは肺結核があると云ふことで、日本でも同じです。日本の人口四千萬人を調べて見ても、結核患者が多い。それが非常な害をして居る。併し此結核は癒る、非常に能く癒ると云ふても宜い。肺結核の末期で、醫師が仕方がないと診た者は駄目ですが、其他は悉く癒るのでありまして、さう云ふ病氣は肺結核ばかりではない、他の病氣も皆さうです。殊に胃の病氣は、大分人が輕く思ひますけれども、是は百人中六十人までは癒らない。肺結核は百人中九十六人は癒る。或はモット餘計癒るかも知れませぬ。肺結核は不治の病氣だから必らず死すると覺悟するのは最後の事であつて、普通醫師が聽診器で診て、肺結核と診斷した際に手當を施せば多くは癒る、先づ確實であります。然るにどう云ふものか社會では間違ひて居つて、西洋でも日本でも肺結核の取扱が非常に疎末でありまして、例へば獨逸で肺結核患者があると、婦人會とか、公衆衞生會とか、其他色々の會の盡力で豫防法は行屆くのでありますが、それにも拘はらず、近頃異論が出て、結核位を撲滅するのに非常に澤山な金を費すのはいかぬと云ふて、大分八釜敷なつたけれども、斯う云ふ事は御會などでも御一考を煩はしたい。今日本の人口を四千萬とすると、五十人中一人は醫師が診斷した結核患者であるとすると千人に付二十、即ち八十萬の患者があるのでございまして、此八十萬の患者に、安く積つて年に百圓位

損をして居るとしても、八百萬圓になるから、大きな國家の經濟が結核患者に使はれて居るのであります。癩病のやうな下に負へぬものは仕方ないけれども、殆ど初期であれば百人中九十六人は癒るものであれば、是に對して適當の治療を施すことは、衞生上から謂ても一大事業でありますが、さうでなく社會の狀態を良くする上から謂つても極く必要のことゝ思ひます。殊に斯う云ふ澤山な患者のあることは非常な有害なことでありまして、是が肺だけに止まれば宜いが、各所に瀰蔓する、實布的里亞、麻疹、腸窒扶斯等の傳染病を計算してもマダ結核患者の方が多いのであります。さう云ふ狀態でありますから、肺結核を豫防することは、衞生會の事業としても無論せねばならぬと思ふ。又經濟上から謂つても、各自の利益から謂ても、此結核を少なくすることは宜い事であつて、是に向て多少の費用を出すことは何でもない事であらうと思ひます。

我々一個人として、如何にして肺結核を防いだら宜いか、呼吸器を如何に保てば宜いかと云ふ事は、極く簡單であります。肺結核を起さしめる原因は色々ありまして、凡そ二十年前結核菌と云ふ小サな菌であることが分つた。それは痰の中にあつて、其痰から飛散して傳染するのであつて、患者が痰を吐くと霧に交つて鼻腔に這入るのと、患者と話をする時に唾と一緒に飛んで空氣中に居るのでありまして、殊に小さい部屋で人の出入の多い處に浮いて居るのが、呼吸すると口に這入るのであります。此前遠山君が新橋停車場の空氣を取て、結核菌の數を調べて見た處が、其水泡中に何百と云ふ菌が浮いて居つたと云ふことです。それから此菌が身體に這入ると、直ぐ其人が結核になるかと云ふに、決してさうじやない。是も餘程誤解されて居ることであつて、黴菌が非常に大きなもので、身體に這入れば忽ち害をするかと云ふに、決してさうじやない、幾ら黴菌がありましても、身體の細胞が健全であれば、ドンナものが來ても大抵差支ないが、唯肺に傷がある場合と

か、加答兒を起して居る場合に黴菌の害を受けるのでありますから、身體の榮養さへ十分であつたならば、決して憂ふるに足らぬと思ひます。唯黴菌の居る喀痰の附近に居らぬこと、結核患者の居る病室などへ行て飲食をせぬこと、結核患者と對座して話をせぬこと、それからさう云ふ病室へ這入つた後、食事する場合に手を洗ふこと等の注意が届いて居れば、總ての傳染病は左程恐れるに足らぬのであります。

叢談

消化と云ふ事

吾々は少なくとも日に三度は食事を致します。その他隨分、種々間の物を食べますが、此等飲食物の一部は、身體の内にて燃えて、或は力となり、或は熱となり、又一部は、これが爲に衰えたる細胞——細胞と云ふのは、この身體器官を組立て居る基でありますが、その細胞の消耗された成分を補ふのであります。

吾々人間の食物と云へば、野に山に、海に河に、實に豐富なもので、その種類は殆ど枚擧に遑がない、動物の中でも豚の如きは何でも厭はず食べると云ふので名高いものでありますが、人間もをさ/\これには劣りませぬ。所謂山海の珍味を盡して膳に上ぼせます、手短に申せば、動物界、植物界、尙は礦物界から迄も食物を採るのであります。

これ等の食料品は、已に動物或は植物として、それ/\定まつた役目をして居るものでありまして、吾々がこれを食物とすると云ふときには、各々その特徵を具へて居る細胞の成分を攝取ることになります、即ち穀類、野菜を食べるならば、その穀類又は野菜たる特徵を表はして居る成分を腹の内に入れる。又その細胞は各々それ/\の機能に適した構造

を持て居るものでありまして、今若し筋繊維を攝取する、言換へれば、肉を食べるとしますれば矢張、吾々の身體の内に、ある一定の機能に相應した構造になつて居る成分を攝取のであります。それにも拘らず、吾々の身體を組立て居る所の細胞は、別に變化もしないと云ふのは、如何なる譯でありませう。胡蘿蔔を食べたからと云ふて赤くもならず、大根も食べたとて、白くはならず、牛蒡を食ても別に色が黑くはなりません。昔の人は凡て餘り立入て物事を研究致しませんから、大抵物の表面の外觀から種々の理窟を拵え出して、生理や病理の説明に應用し、從つて療治もこれに依つたものでありまして、例へばカスミ眼には繍眼兒と云ふ鳥を食べさせれば良いとか、疳眼には八ツ目鰻を食べさせると效能があるとか、咽喉の病氣には百舌鳥、血の道には杜鵑の黑燒と云ふやうな譯で、凡て禁厭に類したものでありました。これは今日でも尚ほ民間に行はれて居る俗療法で、人を過まることが尠なくない、更に精神上、道德上の事までも此の流義の論法で行くから、往々滑稽な破綻が出て參ります、例へば牛馬に辛く當ると、後生では牛馬に生れるぞよ、と難有慈悲の教訓を聽聞すると、論理頭の固いものは直ぐ取り違へてからに、成程御尤の説である、そうすれば此と同一の理由に依て、後生に佛に成らむと欲せば、須らく佛に辛く當れば宜敷い譯である、などゝ、とんでもない心得違を來すことがないとも限りません。

稍や横道に入りましたが、兎に角食物の種類は千差萬別であるのに、これが吾々の身體の組立の上に現はれて來ないのは、如何なる譯でありませう。これは他の動物に於ても同じ問題であります。馬も牛も羊も同じ牧場で飼はれ、同じ草を喰ひますが、何處までも馬は馬で鬣が延び、牛は角を生やし、羊に綿毛が生える。色も決して皆草色には成らぬ。鷲や鷹や猫や犬を全く同じ肉で以て養ひましても、常に鷲の嘴、猫の爪、犬の牙は、それ〴〵立派に發育して變ることはありません。唯一個の細胞で出來て居る

動物でさへも、種々の食物を與へても矢張何處迄もその特有の構造を失はぬのであります。

斯様に觀察て參りますと、吾々が攝取た所の食物は、身體の內で如何なることになるかと云ふ問題が起つて參ります。兎に角此等の食物と身體の各部分との間に直接の關係とてはない譯である。何より證據、段々發育して行く所の小兒を見ても分ることであります。即ち小兒は乳を飲む、而してその身體の組織がどん／＼增殖て行く。髮も生え、爪も延び、筋肉が增し、骨は堅くなる、然るに質體の何れの部分を見ても、その攝取た榮養物、即ち乳に似たものとては認むることが出來ないのであります。

この問題は、近年生理學者が大に硏究した所でありますが、榮養物と身體の成分との間に關係がある。特種の榮養物、例へば澱粉と云ふやうなものが、何う云ふ風にして吾々の身體の一定の細胞成分に變化するかと申しますと、先づ譬へて申せば、生體は丁度、ある一定の目的を以て居る建物で、その構造も破風造とか、書院造とか又茶室造とか云ふ風に家の外構も室內の設備もちやんと出來て居るものを、今度は四阿式の上代風に建て直はせと云ふ注文を受けた建築師のやうな譯で、外に仕方はない、先づ兎も角もその家を取解さなければならぬ、而して特別の目的に出來て居る造作は、凡てこれを壞して仕舞つて、木は木、金は金、石は石に別けて、それから建築師の設計圖案に依て、新に望み通りの家を建てなければならぬのであります、吾々の身體に於ても恰もこの通りで、食物に依て、植物であらうと、動物であらうと、各一定の機能を以て居る物質を攝取るのであつて、大根は大根、牛は牛でそれ／＼違つた組成を有て居る。これが直ぐそのまゝ吾々の身になるものではない。先づ一旦その構造が盡く取解されなければならぬのであります。それは何處で行はれるかと云ふと、胃腸の中で、此處には醱酵素と云ふ一種固有の道具があつて、煉瓦が一つ／＼に取り壞されるやうに、一定の榮養品もこれに依て段々とそ

の特徴を失ひ、遂には全く一樣な單純な建築材料さなり、そこで始めて身體に收められ、而して腸壁の内側の所で、復びそれ〳〵の細胞に適當して、一定の機能をするものに造り變へられるのであります。斯う云ふ譯で、腸管は、今申した酸酵素で以て、吾吾の身體に適合ない物質が這入るのを防ぐものでありまして、多少外側さ内側の所關を据えて居る、而して普通は、その特別の構造を失つたものでなければ決して通さぬのであります。これが卽ち動物が各各獨立性を保つ所以でありまして、吾々の身體細胞は、決してその食物の種類を認めしむることはありません。食物は總て分解されて、遂には全く單純な建築材料だけが殘るのでありまして、牛を食べやうさ、鷄を食べやうさ、鯛を食べやうさ、菠薐草を食べやうさ同じことであります。

消化さ云ふことに就て、斯樣な大切な意味があらうさ云ふことを知れば、これから又、一寸觀ただけでは考へられぬ、種々の事柄が分つて參ります。普通健康の狀態では、吾々の身體の組織は、全く取解された物質でなければ、決して輸入するものでないさ云ふことを承知すれば、他の種類の物は侵入することは無い譯である。今若し動物に、植物性の物質でも、動物性の物質でも、皮膚の下に或は直接に血管の内に注入致しますならば、この外内の關は破られる、例へば皮下に牛乳を注射して見ますさ、これは腸を通つて來ないもので、吾々の身體には全く異物であります。それでも幾らかこれを改造して身にしやうさは努めますけれどもそれは、甚だ不完全なものでありまして、これが爲に、通常の細胞物質新陳代謝の具合が色々に狂ひを來しまして、血液の中には一種の物質が這入込みます、これは試驗管の中で檢査をして見れば分かることでありまして、斯樣な事は吾々の身體に取つて同じことゝ云ふことは出來ないのであります。

只今述べました試驗に於きましては、人工的の物質を胃や腸の働を受けしめずにわざと、直接に組織

の内へ入れたのでありますが、通常の組織細胞の間に他の種類の細胞が巣くうた場合も、これと似たものであります、傳染病などの時には、斯う云ふ狀態になるのでありまして、幺微生體、即ち細菌と云ふ樣な極て小さな生物が吾々の組織に殖民するのであります。その細菌は全く固有の構造を有て居る細胞體でありまして、吾々の身體に取つては赤の他人であります。斯樣な細胞が死にますと、その全く異つた成分が血液の中に這入つて身體中を巡ることになります。吾々の身體自身の細胞が飛離れた時もこれに似たもので、例へば人の恐れる所に癌腫細胞と云ふものもさうであります。前にお話をした胃や腸管の醱酵素は、攝取した食物を絶えず同じ成分に分解し、身體細胞はこれから、自分の特別な構造に適した物質を作りますけれども、此等の異つた物の這入るのを防ぐ働も、今の癌腫細胞のやうに自分の身內から裏切をして殖えたり、窒扶斯菌とか、破傷風菌などのやうに、盛にその産成物を作られては、どうもかなはぬのであります。

然し斯樣の場合にも、生體の細胞は決して、爲すことなしに手を拱いでは居りません、直ちに戰鬪を開始して、敵軍を全滅せむと努めるのでありますが、なか〳〵思ふやうには參りません。この細菌と云ふ奴は、死んで迄も甚しい害をなすものでありまして、先づその細菌の屍骸が既に、吾々の身體には要らざる邪魔物であるのに、毒を作る。そこで色々の事が起つて來るのであります。斯うなりますと、身體の本陣からは例の消化隊を血液の中へ繰り込みます、即ち前に申しました醱酵素を、仇の物質に對して送る。さうすると攻城砲を以て敵壘を粉微塵に打碎くが如く、他種の生物の影も形も無くなる程に働きまして、敵の持つて居つた恐るべき鉄砲兵器を分捕して、吾が爲めにして仕舞ふ。即ち醱酵素で黴菌でも何でも皆消化して仕舞ふて、自分の肥料にするのであります。これがうまく行つて、種類の異る生物が全滅され、身體と異る成物が改造されて、その構造

全快なつて仕舞へば、これ即ち身體細胞軍全勝であります。傳染病に罹つた人も幸に助かると云ふ譯であります。軍に勝てば、只勝たと云ふばかりでなく。分捕品もあれば、償金も取る、國威も揚がる。これと同じやうに、身體細胞が他の病原菌と戰爭をして勝てば、病氣が全快するのみならず、往々數年間もその病氣には負けなくなるのであります。所が何時もかうは參りません、身體からは盛に醱酵素を出して、種類の異つた物質を改めて、毀さうとするが、敵の勢強くして、どん／＼軍勢を增して來る。そこで戰鬪は一週間、一個月にも亙つて續き、各死力を盡して戰ひますが、その中に彼方の陣營が崩れ、此方の砲臺が毀れると云ふやうに、組織の細胞が所所麻痺して參りますと、最早バクテリアに抗ふものもなく、破竹の勢を以て身體中に毒を働かせまして、死ねば無數の生物を招ぎ寄せ、身體全體を取崩して殘る影も無くして仕舞います。誠に無法な惜むべきものゝやうではあるが、これも單に破壞するだけではない、一旦玉の緒を絶つもの、、忽ち又蘇くべき組織を以て生れ反らしむる。動物の體の壞れたものから、暫時の後に植物の王とも云ふべき立派な果樹野菜が萌え出て、萬種の形を現はし、或は緑の葉を地で紅の花をかざし、動物は又これを喰ふて各々その體を養ひ、盡きざる勢力を蓄ふるのである。これ皆廣い意味から云へば、消化の一大作用と申すことが出來るのであります。

頸の病氣

頸の病氣と申しますと、大分話が一部に限られて、専門がゝつて居りますが、元來この雜誌は、普通ありふれた戲談半分の通俗衛生雜誌とは違つて、高尚な學術上の定説を、成るべく平易に說いて、一般の衛生思想を高めると云ふのが主義だと云ふことでありますから、斯樣な題でも敢て不都合ではなからうと存じます、且この頸は御承知の通り、人體に於て

も頗る大事な所でありまして、眞綿で頸を締められるとか、借金で頸が廻らぬとか、頸たけ嵌り込むとか、頸曲りの人だとか、猪頸、轆轤頸など、幾らも頸に關する言葉があるのを見ましても、その重要なる部分であることが分かります。實際この頸は最も大切な頭腦と軀幹とを接續で居る處でありまして、比較的短い部分ではありますが、呼吸の道も、飲食の道も、腦に行く血の道も、手足を働かす神經を支配する道筋も皆此處を通過するのでありますから、此處を一つ締めやうものなら、息が止まつて窒息して仕舞ふ、腦に往來する血が絶たれるから目が暗んで何も分からなくなつて仕舞ふ、斯樣な生命の玉の緒が二筋迄も通て居りますので、強くこの頸を締められた日には、暫時の中に此世から彼世の人に轉籍することになるのであります。頸をくゝつて死だ人を見ると、隨分厭な風をして居りますから、さぞや苦しかつたらうと同情に堪ませんが、實際本人に聞いて見たならば、殆ど何の苦も覺えずに死にましたと申すに相違ありません、死損なつた者などに聽てて見ましてもさう申します、決して頸くゝりを御勸め致す譯ではありませんが、前に申したやうな理由で、他から見たよりも苦痛なしに、直ぐ死で仕舞ふものであります。試驗的に一寸一度やつて見やうかなど〻餘り熱心に研究されては困りますが、これは眞實の話で、今日罪人を死刑に處するに、絞首法を用うるのも、罪人最も樂に、可成餘計な苦みをさせずに生命を絶つと云ふ難有趣意に出たものと思はれます。次に又この頸は、人體の美的方面から觀ても、なか／＼大切な部分で、皆樣方が御化粧をなさる時にも必ず此處を等閑になさる譯には行かぬ。顏だけが何程花のやうに奇麗でも、頸が眞黑に垢づいて居るやうなことでは、折角の御化粧も全く無意義になつて仕舞つて、寧ろ眞正の赤銅色の方が遙に立派でありませう。斯樣に種々の方面から見て大切な部分でありますから、此處に起る病氣に就て簡單にお話を致すも無益ではなからうと思ふのであります。

斜頸

頸には生來の畸形がまゝありまして、頸の横の方に孔があいて居ることがあります。又肋骨が頸に附いて居るやうなこともある。これらは先づ珍らしい方と致しまして、屡〻あるものは斜頸と申して、名の如く頸が一方に斜めに曲つて居るものであります。これはお胎の内に居る時の體の具合で成ることもあり、又生れる時に無理な出方をして頸の筋を傷めて、其處が後に縮むで、起ることもあります、斯樣な畸形は、外科手術に依て、その縮むで短かくなつて居る筋を切放して、形を整へることが出來るものであります。

頸の焮衝

頸の筋の内の方に熱を持つて腫れることがありますが、これはなか〳〵馬鹿になりません。痛みの強い弱いは別物としまして、物を嚥下み、呼吸をするにも難儀になつて參りまして、往々氣息が窒つて仕舞ふと云ふ危險があります。斯樣な時には、頸の深い處に膿が溜つて、丸で板を張たかと思ふ程こつ〳〵と固く腫脹て、觸れば甚く痛があります。斯樣に膿が深い處にある時に、自然上の方が軟かになつて、熟する迄待たうなどゝ思ふのは大間違で、さうなる迄には病人はもう窒息することがあります。それで斯樣に膿のある時には、躊躇はずに、醫師の勸に任せて早く口を開いて、溜つて居る膿を外に出して仕舞はなければなりません。さうすれば疼痛も無くなり、病人は窒息すると云ふ危險も免がれるのであります。この頸に膿を持つ病氣の中でも、特に小兒に多いが、咽頭の後の處に膿が溜るのがありまして、その爲に物を嚥こむことも出來なくなり、非常に息吐が惡くなつて、今にも死にさうになつて來るのがあります。然しこれは口から膿を出して仕舞へば、一度で苦痛が去るものであります。醫者の診察手術に依らなければならぬことは勿論の事であります。

頸の腫瘍

頸の腫瘍には種々のものがありまして、又色々の器

官が病氣に罹ります。その中で最も多いのは淋巴腺から起る腫瘍です。淋巴腺は頸の中でも特に下顎の部分と、兩側の太い筋に沿ふて、それから首の附根の處の凹みの所に澤山あります。此等の淋巴腺の腫れるのは、結核の爲に起ることが最も多い。この結核はどうして此處に來るかと申しますと、それは口腔や顏面の皸裂、又口や鼻の小さな創、齲歯の孔などから結核菌が這入て、淋巴の管を傳はつて行て、而して頸にグリ〳〵を出來すのであります。斯う云ふ譯でありますから、結核性淋巴腫と申しましても、初は純粹の其所だけの病氣であつて、必ずしも他の器官の結核から關係して來て居るものでないと云ふことがお分りになりませう。

結核に罹つて居る腺を知ることは、大して六ケ敷いことでもありません。最初は固いグリ〳〵でありまして、その數も大いさも樣々で、頸の一部分に出來ることもあり、又所々に現はれることもあり、往々兩側に出來ることも尠なくない、此等のグリ〳〵は、大抵久しい間一定の大さに止まつて、別に變化も起らずに居りますが、又往々段々に變化を來すことがあります。乃ち其處の皮膚が、漸次軟かになつて參りまして、赤くなつて、やがて外の方に破れて、其處に久しい間じく〳〵膿を漏らす所の瘻孔が殘ります。斯樣に固いグリ〳〵や、軟かいグリ〳〵が在るのに、又瘻孔などのあいて居る頸は、一種特別な實に憐れな外觀を呈するものであります。

この結核性の頸のグリ〳〵の療法は、其他は身體の健康な人であれば、全く外科の領分のものでありまして、只殘らずグリ〳〵を取除いてしまへば、他の部分に結核の擴がるのを防ぐことが出來るのであります。併しグリ〳〵を除いてしまつたからと云ふて、決してそれだけで療治を止めてはなりません。創が癒つた後も暫くの間は、何でも結核を防ぐに有力な方法を採らなければなりません。乃ち森林や海濱の新鮮な空氣を呼吸し、溫泉に行くとか、殊に適當な滋養物を澤山に攝取と云ふやうなことが必要であり

ます。小兒であれば、此等の方法は特に效驗の著しいものであります。

その外の頸の腫瘍では、黴毒、又ある血液の病氣例へば白血病など丶云ふ全身病で頸にグリ／＼が出來ます。又稀には淋巴腺から肉腫など丶云ふ性質の惡い腫瘍が發生することもあります、これは勿論外科手術を施すより致し方がありませんが、前の黴毒、白血病などに由て起つたものは、その本の全身病から癒さなければならぬのであります、（以下次號）

赤痢の御用心

駒込の避病院も廣尾の避病院も又々滿員だと云ふことですな。何でも繁昌するのは、結構だが傳染病の繁昌などは餘り難有くない。第一に文明國とか一等國とか稱する國の都の眞中で、野蠻極まる惡疫が跋扈するとは、ちと間が惡い、否大に恥かしい話である。

昔ならばいざ知らず、病の原因も、その豫防法も明かになつて居る今日、尚ほこの有樣を呈すると云ふのは、抑も何うした譯でありませう。これにも亦原因がなければならぬ。その原因と云へば種々ありませうが、大きく云へば、學者があるか無いか、金があるか無いかは兎も角、所謂文明國、所謂一等國の都だけの衞生的設備の無いことだけは確である。水道だけは、近頃どうやら略ぼ行き渡つたやうであるが、實際まだ便所の傍の堀井戸の水を用ゐて居る向もある。下水はまだ／＼昔のまゝである。否、昔よりも却て不良の狀態にある、大小便は日中往來で汲取り、生のまゝで野菜にでも何にでも振撒くのである。孑孑の湧いて居る汚溝水などは遠慮もなく大道へ撒いて、塵埃を沈めるのが功德だと心得て居る、暫時にしてその不潔物が、水の乾くと共に風に煽られて往來する人々の口から、鼻から、肺まで這入こむなど丶云ふことは少しも考へぬのである。いや言ひ立て丶は迚も切もないことであるが、要するに公

共的に施されなければならぬ衛生上の設備が不完全であることが一つ、一般の人民も亦餘りに衛生思想に乏しい、無頓着であると云ふことが一つ、先づこの二つが、惡疫跋扈の最大原因であると謂はなければなりません。

この間私の友人が斯う云ふ話をした。此人の隣は小さな牛乳屋で、牛乳を配達もすれば、家でも新聞雜誌などを置いて乳を飮ませる。而して夏は傍ら氷屋をやつて居るが、先日來その家の老婆が下痢をした、而して幾度となく便所通ひをするが、やがてそれも出來なくなつて、段々聞いて見ると血が混じて來る、粘液も出る、而してシブルと云ふ。それでは或は赤痢などではないか、早く醫者に診て貰ふが宜いと云ふた所が、その家の者の云ふのには、實は私共もさうは思ふて居りますが、左樣なれば必定營業を差止められますから、醫者にも掛けず、賣藥で濟まして居るとの答であつたと云ふことである。

この一例に就て考へて御覽なさい、衛生上から云ふたならば、こゝに如何なる意味が含まれて居るのでせうか。先づこの病人は實際赤痢病患者としたならば、而してその家族の者共は、眞にだらしのない生活をして居ると云ふ話であるから、その病人を取扱つた手もろくに洗はずに、牛乳のコップや皿を持運ぶ、その手で以て氷をかいて客に出す。知らぬが佛で、養生の爲こそその乳を飮み、暑さを忘れる爲めにその氷を飮む、知つたならば肝まで冷えることであらう。實に寒心すべきことであります。これを左樣と知りつゝ、或は疑ひつゝ隱し立てをして、素知らぬ顔をして彼樣な商賣をして居るとは、公德心の缺けた、惡むべき奴だと思はれますが、然し一方から考へて見ると、此等の人は實際赤痢は惡い病氣だとは聞いて居るが、それが如何にして傳染するものやら、果して何の位怖いものやら知らない、卽ち衛生上の智識に缺けて居る、從て他に傳染せしめぬと云ふ豫防上の注意もしない、出來ないのである。

次に醫師に診察を乞ふて、赤痢と診斷がつけば、營

業を差止められるから診て貰ふ譯には行かぬと云ふのは、強ち無理とは云へぬ、實際それで以て其日の活計を立てゝ居るものが、何の役にも立たぬ老婆の病氣の爲に營業を差止めらるれば、一家數人の者は饑餓に迫らなければならぬはめになる、無理もない次第である。此邊は何うしても政府若しくは公共團體で、例へば今度出來た濟生會と云ふやうな所で何とか都合好くしてやらなければ、貧家の傳染病掩蔽と云ふことは止むを得ぬ憐れむべきことであらうと思はれるのであります。衛生思想の普及されて居らぬこと、公徳心に缺けて居ると云ふことも、畢竟國民敎育の足らない所と謂はなければなるまいと思のであります。

話が大分論議めいて來て、不可ませんが、實は右の牛乳兼氷屋の一條から、こゝに簡單に、只今流行の赤痢病に對する御用心をお話致して置き度いと云ふ所存に過ぎないのであります。

專門的の話は、よしまして、兎に角赤痢と云ふ病氣は一種の細菌、卽ち赤痢菌に由て起る所の腸の病で、人から人に移る、所謂傳染病であります、眞實の所は細菌學上の檢査を經なければ確かに定めることは出來ませんが、その病狀は、大抵何人も御聞及びの通り、先づ下痢が主なるもので、一日に二三十回、烈しくなれば八十回から百回も厠に參りまして、その便には白いねば〳〵した物が混じり、又血が混じて來る、而してその度每に痛で、俗に所謂シブル、卽ち裏急後重と云ふことがお定りであります。

熱は餘りありませんけれども、脈は多くなり、顏貌は衰へて、眼も力なく灰色の陰影が出來て、舌は汚穢くなつて、口は臭く、食慾がなくなつて、只咽が渴き、胸が惡くなつて、吐くやうになる、斯樣な狀態で段々衰弱して仕舞つて遂に死亡するのでありますが、早くから適當の療治をすれば、左樣無暗に死ぬものではありません。

これは何處から傳染するかと云ふに、專ら病人の大便から移るのであります、目には見えませんでも、

少しでも、これらが飲食物に混じつたり手の指に著いたりしたものを、知らずに口にするやうなことがあれば傳染するのであります。誰も便が混つたと知つては食べもせず、それが著いたと云ふ疑ひある指で物を撮むでも食べる人もありますまいが、扨案外蠅の止まつた食物は平氣で食べる人が往々あります。蠅そのものは左樣不潔なものでありますまいが、蠅の足は實に穢らはしい、忌むべく厭ふべく又怖るべきもので、虎烈拉でも窒扶斯でも赤痢でもこれに依て食物に運ばれるのであります。夏はこれが先づ最も恐るべきものである。次には飲料水で、水道の水ならば先づ安全であるが、堀井戸の水は危險がある。河の水に至ては最も危險で、若し河上に病人があつて、その汚物を河に棄てるとか、汚れた衣類を洗ふとかすれば、忽ちその河下に同じ病人が幾人も發生すると云ふやうなことになります。

大體以上の事だけを御承知になれば、如何にして赤痢を免るべきかは、自らお分かりになる筈でありますが、尙ほこの赤痢菌は他の窒扶斯などゝは違つて、尿や汗から傳染すると云ふことはない、全く大便からだけ移るのでありますから、餘程豫防し易いので、少しく注意すれば決して傳染することはないのであります。食物に蠅をたからせないやうに、又一切の食物を煮て食べ、水を沸かして飲み、常に手を清潔にすると云ふ位のことを遵奉すれば、大概斯樣な惡病は免がれます。

赤痢菌は窒扶斯菌などに較べれば弱いものでありますけれども、それでも糞便の中には三四日位は生きて居ります。又水の中には十日位も死なずに居ります。その糞便の中に三四日位生きて居ると申しますのは、他の菌と喧嘩をしながら尙ほ三四日も負けずに戰つて、遂に亡びると云ふのでありまして、若しこれが著物などに附著したものを濕ぽい薄暗い押入のやうな所にでも入れて置く分には、數ヶ月間も活きて居ります。これは注意すべきことであります。それから日に曝されゝば割合に早く死でしまひます

けれども、温度は餘程低い温度でも平氣で、攝氏の零度或はそれ以下でも二三ヶ月は生活して居ります。それでありますから氷水などは、これ程冷たいから、いくら黴菌でも大丈夫だらうなど〻思ふのは大間違です。一體氷は一寸清潔なやうに考へられますが、その清潔不潔と云ふ點は餘り普通と變はないのであります。のみならず、斯樣な甚だしく冷たいもの、言ひ換へれば、甚だしく體温を奪ふものは、胃の中へ入るべき筈の物ではない、一寸考へても無法なことであります。實際これを飲む、否、彼の鉋で以て搔いた氷を食ふに至ては、胃の粘膜は痲痺してしまつて、その出すべき消化液も出なくなりますから、こ〻で殺さるべき病原菌も殺されず、尚ほ胃は、その亂暴な冷たさに驚かされて、十分食物を消化さぬ間に、大急ぎで腸の方へ送り下してやりますから、種々の食物がどん〱胃を素通りして、爲めに腸を害なふことになり、いよ〱以て赤痢などに取附かれ易くなるのであります。斯う云ふ譯ですから、暑いからと云ふて無暗に冷たい物を食べるのは賢明なこと〻は申されません、特に胃腸の弱い人は忽ち失敗致します。又冷たい物を食べると癖になりまして、左程暑くない時でも氷を嚙らなければ、氣がすまぬやうになるものでありますから、これは絶對的に癖を附けぬやうにしなければなりません。

その外も一つ申上げて置きますが、何處そこで桃を食べたら赤痢になつた、梨を一つ食べたばつかりで赤痢になつたなど〻、頻に果物を恐れる人がありますが、これも前に述べた原因から考へて見れば、全く果物が無實の罪をきせられるので、何も果物その物に赤痢の病原を含むで居る譯はありません、それは他から赤痢菌が附著したか、乃至は自分の指に著いて居つたのを知らずに摑むで食べたのに由るか、又は不熟の果物を食べて腸を惡くした所に、他の食物と共に赤痢菌が這入つて來て、其所で繁殖して病氣を起したに過ないのであります、それで用心する時には、果物も總て煮て食べるやうにすれば大丈夫

であります、味は多少變りますが、消化もよく、便通を能くしますから、決して心配は要らぬのであります。餘り長くなりますから、この位で御免を蒙ります。

美容法（承前）

削頰に對する按摩

（一）眞直に伸べた拇と、直角に曲げた示指を以て、頰を揉む。

（二）口をしつかり結びて、息を出さうとする時のやうに膨らし、肘を卓に支へて、強く速かに、兩手の中指と環指で敲く、無論息を吹出さぬやうにして行ふのである。

（三）矢張肘を突て、握つた下の四本の指節を以て、耳朶から口の所まで、又これと反對に口の側から耳朶の處に至るまで強く壓しながら擦するやうにする、これが頰の輕擦法である。以上毎日五分間宛。

鼻の按摩

鼻の格構の好くないものゝ中で最も普通なのは、所謂團子鼻と云ふやうな、鼻の尖の膨れたものでありませう。これは鼻尖の後の所が多少強く膨出して、鼻の尖端から、側壁と鼻の孔との間の溝へ引く直線が、こゝで凹面的に遮ぎられて居るのでありまして、これには二樣の解剖的原因があるのであります。第一には、鼻翼を擧げる所の筋肉が弱いので、この場合、當り前なれば、その膨れて居る部分は稍引込むのであります、それで斯ふ云ふ人は鼻翼を膨らすことも出來ないのです。第二には、鼻の側壁の下の方の部分を造つて居る所の、三角軟骨と側方軟骨が癒著して居るのであります。これに對しては、鼻翼を臼齒の方向に向つて揉むことに依て、鼻翼を膨らむことの出來るやうに筋肉を強めることが出來ます。それから又マッサージ棒を以て摩擦法を行ひまして、軟骨の癒著の處を薄くして、鼻翼の角が側壁に對して一直線をなすやうにすることが出來ます。斯

様なマッサジーに依つて、この見好からぬ鼻の格好は、全く或は殆ど全く直されるものであります。（以下次號）

育兒

古代育兒の話

一

親が兒を愛するのは、自然に備はつて居る情である、獨り人間ばかりではない、他の動物でも同じことである、試みに、動物園にゆきて、親猿が、自分の產んだ兒猿を愛育して居る狀態を見よ、その愛情は、殆んど人間とかはつた處はない。

されば、育兒の法は、上古時代から早く既に注意せられて、如何なる民族の間でも、皆それ〴〵の法が行はれて居る、我國のいはゆる神代と稱へる時代に於ける育兒の法は如何なる有樣であつたか、固より詳しいことは知ることが出來ないが、しかし、豐玉姬命が鵜草葺不合命を御產みになつた當時のことを記してある古事記や書記の記載によると、比較的進步したる育兒の法が既に行はれて居たといふことが知られる。

當時、豐玉姬命は、御分娩の後、海底に去り給ふたによつて天孫は、他の婦人をして、乳母、湯母、飯嚼、湯坐となして、皇子を養育せしめ給ふたといふことが見えて居る。この乳母といふのは、乳を以て兒を養ふもので、後世の乳母のことである。「チ」といふのは乳の意味で「オモ」もいふのは母の意味である。古事記傳には、「オモ」といふのは兒を養育する婦人をすべていふ處の譯で、その中で、乳母は殊に大切なるものであるから、單に「オモ」とのみいふのである、又、母親も勿論、主となりて、兒を養育するものであるから、「オモ」といふのであるといつて居る。

湯母といふのは、兒に湯を飲ませる婦のことであらうといふことである。飯嚼といふのは、飯を口でかんで和らげて兒に食はしめることをする婦の名である、又、湯坐といふのは、兒に湯を浴する者であるといつてある。

これによると、當時既に、乳母が兒に乳を飲ませたとか、湯を以て、生兒を浴せしめたとか、湯を飲ませたこと、少しく日が經つてから、粒食をさせるのに、飯粒を口でかみくだいて兒に食はしめたことなどが行はれて居たといふことは明らかである。

生兒が生れ出ると、第一に措置をせねばならぬものは、臍帶である　、これを切るには竹刀を用ひたといふことである、日本書紀に、木花開耶姫、火明命火酸芹命、火々出見命等を御產みになつた時に、竹刀で、臍帶をきつて、その竹刀を棄てられたら、そこが竹林になつた、そこでその地を竹屋と名づけたといふことが見えて居る。竹屋は、今の薩摩の國の阿多郡鷹屋といふ土地であるといふことである。竹刀のことは、「アヲヒヘ」といつて、「アヲ」は青の意で、竹のことにあたり「ヒヘ」といふのは、「ソギ取る」といふ意の語で、箆のことである。

臍帶を截るに、何故に竹刀を用ひたのであるかといふに、鹽囊抄には、風土記にある處によつて考へると、皇祖彥能忍耆命が、土人の竹屋守女を召して、その腹に二人の男子をまうけ給ふた時、彼處の竹を、刀に作つて、臍帶を切り給ふた、その竹は今も有る、此跡を尋ねて、今でも、竹刀を用ひるのであらうかといつて居る。この地は、鹿兒島藩名勝考に、竹が尾と呼ぶ山岡の頂上に、竹屋大明神の宮趾があるといつて居る。地理纂考には、頂上から西北の方百間ばかりの處に、竹林があつて、凡そ二畦ばかり、土人が、神代竹、或はヘラタケ山と呼んで居る。皇子の臍帶をきつた竹刀を棄てたのが、根を生じて、かやうに林になつたのであるといつて居る。

これによつて考へると、竹刀で臍帶を截つたのは、もと、偶然のことから起つたのであらう、即ち、そ

の地方に竹が澤山あつたので、當時の人民は、勿論鐵器を使用するまでに智識が進歩して居ても、自然物を利用するといふことは盛んに行はれて居た時代であるから、竹の外層を削くと、刀の如く刃が自然に出來るのを、そのまゝ刃物として使つたものであらう。それが一つの例になつて後までも竹刀を用ひる習俗になつたものらしいが、しかし、後には、銅鐵の刀を用ひて之を截り、竹刀では、之を截るまねをして古代からの風を存して居た時代もあるらしい。

これら以外のことは、古い記錄には見えて居ないやうであるが、こゝに今一つ記して置くべきことは、不具の子が生れたのを、海に流し棄てた例の見えて居ることである、卽ち伊弉那美命が伊弉那岐命に先だつて物を申されたので、蛭兒命といふ不具の御子を産み給ふた、それをば、葦船に入れて海に流したといふことである。

生兒に名をつけるには、固より後代の如く、日を定めて式を行ふやうのことは無かつたのであらうが、その名は、兒の形態や、心性や、或ひは生れた當時の瑞祥などによつて付けたものらしいことは、人皇以後の種々の例によつて想像することが出來る。試みに、神代に於ける神の名の基づく處の二三の例を示さう。

素盞嗚神は、その性行が、甚だたけく荒びすゝみ給ふによりて名づけた名である。

天目一箇神の、目のたゞ一箇あるよりつけた名で、その形體によつて名となつたのである。

思兼神は、多くの神達の思慮を、一人で兼ね備へて居るといふ智識の勝れた處から來た名である。

業績によつて名としたものには、手置帆負命は、丈尺をはかることをなし給ふたので、それを名としたのや、石凝姥命の、鏡を二度まで鑄給ふたので、それを名とした如き例がある。

正勝吾勝々速日天之忍穗耳命は、天照大神が、素盞嗚命と誓ひて勝ちたまふた、その事情からつけた名

である。櫛名田比賣は、親の撫で育てた姫といふ意で、即ち愛育せられるといふことを名としたのである。天津日高日子波限建鵜茅葺不合命は、その生れ給ふた時の産屋の有様などから來た御名である。これらの御名は、固より、生れたまふた當時に、命せられたものではなく、後の人が、考へた御名であらうが、人皇の御代になつてからの命名が、よく、これらに基いたやうな處があるから、參考のために、こゝに記したのである。

以上說明した處は、固より上古時代に於ける育兒の大體で、その後、三韓との交通が開け、ついで隋唐と直接交通するやうになつて、我國の文化が頓に進步し、從つて、育兒の法も、彼國の醫學の說などの影響を受けて次第に進んで來たのである。その狀態は、記錄によつて窺ふことが出來るから、その大要は、更に、中古時代の育兒の話として說明を試みよう。

兒童の體育

小學時代の兒童の發育は實に目覺しいものであるが、これが尋常に健康に成長するのには、總ての身體器官が故障なしに發育して行かなければならぬのである、殊に心臟の働と肺臟の働が健全で、新陳代謝、即ち舊くなつた不用の物を外に出して、新しい有用のものを身體に取入れる所の働に故障があつてはならぬ、これが、身體の發育を促す第一の條件である、而してこの新陳代謝の間に自然に出來る所の疲勞質と云たやうな物は、滯ほりなく十分に身體の外に出してしまふやうでなければならぬ。所謂この新陳代謝の機能が不完全で、心臟とか肺とか云ふやうな器官の働が鈍いやうでは、兒童の身體の發育が思はしくないのみならず、その精神の發達も亦劣つて來る譯である。即ち身體が惰らけて、精神も身體も直に疲勞し易く、頭痛がするとか、食が進まぬとか、動悸がするとか云ふことを訴へて、所

調精神過勞の徴候を呈して來るものである。

それであるから、呼吸器と循環器の働は出來るだけこれを高めることが必要である。それには體操も元より結構であるが、厭や／＼ながら強ひられて、一つ／＼の筋肉を働かすよりも、水泳だとか競走だとか云ふやうな、興味を以て全身を働かす方の運動遊戯に依て、身體の機能を高め、強壯にすることを勸めなければならぬ。

これには、戸外の遊戯が最も宜い、獨り衛生上からばかりではない、徳育の上にも大に效があることである、一體精神的の教育にのみ偏すると、何うしても人の外部のこと、身體のことは忽諸になる、元來小兒の運動は無器用なものであるが、段々種々の運動を練習して、自然に、巧みになるのである。所が何うかすると、一生涯殆どそのまゝになつてしまつてこれが爲めに偏屈者となつて、その人の出世の妨げとなることも尠くない。人は幼少の時分から自由に身體を使ひこなすやうに練習しなければならぬ。

身體を鍛へることは。單に健康を増すのみならず、尚は精神の努力、腦の働をした後にはその疲を快復するもので、又人を敏捷にし、ハキ／＼させ、物事に思を込め、勇氣を増させるものである。

それであるから少年の遊戯と云ふことは、一國民の消長にも關することで、英米を始めとして歐羅巴諸國に於ては大にこれに心を用うるやうになつて來た。殊に教育家側の方から、その效能として認めらるゝ所を擧げて見れば、先づ遊戯は忍耐力を増し、精神の懦弱を直ほし、早熟を防ぎ、生意氣にせず、自負、氣隨を挫き、しやれ癖を除き、注意と、決斷力を養ひ、個々の事を全體の利害を目安に沿いて爲ることを學ばしめ、同心協力の精神を起さしむるもので、遊戯が能く行はるゝならば、柔弱、物怖、内氣は歡樂、騰躍と變り、手袋や頸卷の中に柔かに成つてた身體は力強く抵抗力を増し、兒童の身體全體に活々して來る、斯うあつてこそ學校も徒らに精神のいじめ場所でなく、眞に人間全部の調和した教育

所と謂ふべきである。兒童等が一生懸命に遊戯して居る所を見ると、その眼は輝き、その頬は紅に熱し、帽子も上着も下袋もそつちのけに、實に愉快幸福の面持が輝いて居る。尤もそれ〳〵の注意をしなければ害を招く所もあるが、例へば球投げをして遊ぶにも、抜目なくその仲間の一擧一動に注目し、敏活に手に受けては、これを投げ、或は避け、或は駈け、敵に對しての掛引少しも油斷なく、敏捷に立働くのである。これ皆注意、敏活、果斷、沈毅、勢威、勇氣、忍耐等の徳を催進せしむることであつて、確乎たる意志の鍛錬に由て得べき此等の性質は、何れも將來の生活に向て非常に有用のことである。遊戯は體操の補助として是非必要なことであつて、生意氣になり灰殼になるのを防ぐには最も效能がある。惰弱、臆病、空想を排ひ、我儘を挫き、共同心を養ひ、正義の心を起し、これを強くするものである。食事に彼れ此れ云ふ小兒でも、スッポ飯をうまさうに食べる、引込思案の兒童も進で事を爲するやうになる、不器用のものも巧者になる。長い間教場に這入つて居たり、家で復習をさせられたりすれば、その身體は自然と自由運動を希望して來て、手足はう鳴り出し、肺は新鮮なる外の空氣を渇望するやうになるのは當然のことである。

森林、原野に遠足すると云ふことも又衛生上至極結構なことである。但しこの旅行又は遠足も、極めて簡便に、費用もかゝらず、貧家の兒と雖も、差支なく仲間入りすることが出來るやうでなければならぬ。これも下級の生徒は、一日行程二里から四里、上級上で五里乃至七里を超えてはいかぬ。斯く適當な遠足旅行であれば、確かに、肺や筋肉を強め、五官を鋭敏にし、行軍力を增し、自然に對する觀察心と喜悦の情を養ひ、知識を廣め、一生涯愉快な幼時の思出を作るものである。然し全く兒童の爲すがまゝに任かせる譯には行かぬ、矢張衛生上から衣服、穿物、飲食、遊戯、休憩等の十分なる注意が必要で

ある。衣服はその時候にも依るが、兎に角暖か過ぎては宜くなく。少し薄著にして、輕いマントーの樣なものを携帶さするがよい。凡て衣服は胸を狹めたり、腹を締めたり、呼吸、血液循環を妨げるやうでは宜くない、と云ふてびら〳〵する長袖も不適當である。草鞋や草履は。穿慣れない小兒では容易に足を傷め、不潔になり、困難をするから、靴の方が遙に宜い、靴は不適當なものを穿けば、矢張豆を出來かすけれども、草鞋や草履よりも危險が少ない、唯少し重いけれども、何れ軍隊に入れば是非靴を穿いて行軍をしなければならぬのであるから、早くから足を慣らして置く方が宜い。尤も靴は柔かで、彈力があつて、少し寛い位で、踵が廣くて低くなければならぬ、而して強い靴下留や、胴締のやうな物は用ゐしめぬことゝし、途中で妄に水などを飲まぬやうに、必ず水筒を持たして、その中には冷たい薄い茶、コーヒー、或はリモナーデなどを入れてやる。今迄大分長い間暑中休暇で、小さな腦髓の保養をさせたけれども、これは暑さの爲に身神を疲勞させぬ爲めの消極的の衞生であるが、これから漸く天高く馬肥ゆると云ふ好時節になるのであるから、馬よりも大切な人の子の身體を積極的に強健にし、その氣分を秋の空の如く清く高く潔よくするのは正に此時であらうと思ふ。兩親も學校の教員方も、可成此時節に兒童の戶外遊戲、遠足等に機會を與へて、悅ばしく甲斐〳〵しくその身心を鍛へさすやうに希望するのである。この爲に多少學課の時間を割き、上衣やズボンに穴をあけたり、破ぶつたりするかも知らぬが、それは殆ど憂ふるにも足らぬ、ここで何れも容易に取返しがつくけれども、健康はなか〳〵さうは行かぬ、身體の不具と著物のそれとは比較にもならぬ話である。

小兒の腸加答兒

腸加答兒と云へば、誰も知つて居る病氣で、飲食の

不攝生な人は常に罹るもので、餘り珍らしくもありません、從て割合に平氣で居りますが、同じく腸加答兒と云ふても、小兒になりますと、なか〳〵馬鹿になりません、種々の場合がありますが、その急に烈しく來る場合には、丸々肥太つた、可愛い小兒も、僅か一夜の中に目は窪み頬は落ち、老人のやうな情ない憐な顏貌になつてしまい、如何に療治するも遂に助け得ないやうになることも尠なくありません。目下流行の赤痢、疫痢など云ふ怖るべきものも、皆この腸加答兒の中であります。その原因と云へば、先づ飲食物の不攝生で、これは皆親の責任にかゝることであります。飲食物の不攝生といへば、暴飲暴食、小兒は動物と同じく、食物にかけては加減と云ふことは知らないかまはずに、置けば所謂食べ放題、飲み放題であるから無論腹を惡くします。特に牛乳で育て居る小兒は、その分量、又稀釋かたを誤つても容易にお腹をこはします。氷のやうなひどく冷たいものを食べたり、桃や梅の如き不熟な果物を食べて胃腸を傷なふ。それで斯樣なものさへ食させねば小兒はお腹を惡くしないかと申すと、さうは參りません、右に述べたやうなことは無論腸加答兒の原因となりますが、強ち斯樣な不攝生のことが無くして、烈しい惡性の腸加答兒に罹ることがある。即ち赤痢又は疫痢などになることがあります。それで手前の小兒に限つては決して左樣な筈は御坐いません、嚴しく申して、一切惡い物などは頂かせません、脚氣にならぬやうに麥飯黑米のお粥に豆腐の殼だけ頂かせて置きますのに、何うしてこんな病氣になりましたか、とんと合點が參りませんなどゝ能く申されますが、如何程結構な物を食べて居りましても、こゝに一點黴菌と云ふものが這入つたならば、食物は腐敗致します。普通空中には無數に黴菌が居ります、則ち少し濕氣があれば何處にでもカビが生える、彼が皆黴菌である、麹と云ふのも此黴菌の塊である。それで以て酒や甘酒などが出來るのであるから、誠に結構なものであるが、同じ人間にも眞面目に世の

中の爲になる事に骨を折る人もあり、又竊盜、强盜、殺人をするものもある通り、黴菌の中にも決して甘酒ばかり作るものではない。中には矢張人殺をする病原菌と云ふものが居るのであります。虎列拉、赤痢、窒扶斯など云ふ輩は即ちこれであります。斯樣な惡むべき者共が、竊盜のやうに人の目を盜んで、何時の間にか、身體の中に忍び込む、而して暫くして、何だか變だと思ふ中に、居直强盜となつて、熱を出したり、下痢をしたり、種々の狼藉に及んで、大に人を脅迫した上句に、何うかすると、人の生命を奪ふに至るのであります。これが誠に怖はいのです。何分小さいもので、鼠小僧位なものではない、捕縛して、目を大きくして顯微鏡にかけて睨むのでなければ認めることが出來ない程のものであるから始末が惡いのであります。然し恰も探偵、刑事巡査が惡者を看破して捕縛するやうに、醫師、細菌學者の此等の病原菌の潜んで居る所、忍び込むだ形迹を睨まへて、退治にかゝる、所が往々その被害者が、反て泥棒の加擔者になるやうな事をして、醫者を泣かすことが尠なくないので困ります。乃はちこれは斯う云ふ恐るべき傳染病の威力あるから、大に用心してかく／＼の攝生をし治療を施さなければならぬと、注意をしても、なか／＼その醫師の云ふことを、守らない、而して遂に死ぬばかりになつてから漸く大騒をしてやれ、何處の神樣、其所の佛樣、何のお咒、彼の御祈禱と迷ひに迷ふて、矢鱈無性な事をした上句に、病人が死ぬば、前の御信心は全く何處へやら行つてしまつて、醫師を怨む、これは隨分あることであります。實に間違つた話である。

兎に角斯樣な譯で、小兒の病氣になるのは、不消化の物を食べると云ふことのみが原因ではない、その外に今申した病原菌が食物と一緒に這入つて、既にお腹の惡くなつて居るのを幸、そこにつけ込むで、持前の病毒を逞くするのであります。それでこれを豫防致すには、食事の時間、分量を一定し、不消化の物を食べてお腹を惡くしないやうに、特に哺乳

兒は、少しでも大便に變化があれば、早く醫師の診察を乞ふて、相當の用心をし、治療すべきは申迄もないことであるが、目下の如く惡疫の流行する時に當つては、小兒の下痢は決して油斷がならぬのであります。

注意に注意して、水も水道は格別であるが、堀井戸の水は決して飲むではならぬ、飲むには必ず一度沸騰さしたものでなければならぬ。食物も必ず一度煮るか、よく燒いたものでなければ危險があるものと思はなければなりません。買ひ食ひは餘程氣をつけなければ、怖しいものである。小兒には嚴禁しなければなりません。少々味はどうでも飲食物は悉く煮ることにすれば、大概腸加答兒を起す黴菌は皆死でしまいますから先づ安全です。然し手を不潔にして置いては、何時その手から黴菌が食物に移されて口に這入るか分からぬ、殊に小兒は何でも手で摑むで口に入れ兼ぬから、十分その手に氣をつけて、常に清潔にしてやり、食事の際には必ず洗はすやうにしたいものであります。細かい注意を申し上る段になれば、殆ど切りもないことでありますが、左樣なことを申した所で、なか／＼實行の出來るものでもなし、實際又左樣に神經を過敏にして、びく／＼する必要もなく、却てその爲に身體を弱くして病氣に取附かれるやうなことにもなりますから、先づ大體右に申述べた位の注意を忘れずに、用心をして居れば、決して無暗に病氣に罹るものではありません。小兒も五六歲になれば、少々の腹下には負けませんが、二三歲、殊に滿一年を過ぎぬ間は病氣に對して弱いもので、少し性質の惡い下痢症に罹れば直ぐ衰弱致しまして、就中牛乳で育てゝ居る小兒は一旦腸加答兒が始まりますと、非常に療治が困難で、實際死亡數が多いから重ねて御注意を願ひます。

乳母傭主の心得（水前）

乳母なるものが其性質温良で、能く世間の事を知り、

物の道理も能く判かる人のみであるならば、傭入た方は誠に氣安い事で、單一に乳汁と體質とを試驗すればそれで濟む、又た乳母なるものが、普通の奴婢傭人等の如く、尋ぬれば直に見附かり、招けば直ぐ來るもので、取替引替が容易の事であるとすれば、是も然程に心配を要する所では無い、併しながら乳母奉公望みの人はあつても、それが皆體質、乳性、乳量並に性質等の善いといふ試驗成績を得るものでは無い、體質乳汁の二ツは試驗上、能く一致して善良なりと認られても、彼れの性質が之に反して、餘り穩ならぬ樣子だと認められるもあり、又た人物が如何にも能く教育もありそうだから善いと認められても、乳性、乳量等に缺點を生じて往かぬのもあり。中々十分の者をと望む時は見附かり難いものであります。私が二十年以上も經過する間、幾百人の乳母檢查も致しましたが、體質性行乳汁等、恐く並びて善良なりと認めた分は、僅に指を屈する位の數にすら止まらぬ、それですから傭主たる人は乳母に就ては、其缺點の孰れかを、忍びて行くといふ事を豫め覺悟されねばならぬ、是は前にも既に申した通りであります。然しながら孰れかの缺點とはいへども、原より乳母の事であれば、乳性乳量の上に缺點があつては、少しも忍ぶことは出來ぬ、又た體質の上に、惡しき疾病等の缺點が見出された際も同じく忍ぶ事が出來ません、唯だ忍ばねばならぬといふ所は、彼れの性行の或る部分であります、例之へば行儀が惡いとか、生ま意氣だとか、無性ものとかいふ如き位は堪辨して遣らねばならぬ場合がある。併し性行の上でも著しく道德、若くは法律上に背反する如き行爲のある人ならば、是は止むを得ないから、解傭するも宜しい、乍去傭主たる人の教訓や、威德に依てそれが改悛して、善良の方に向ふ樣に出來るならば、傭替へ無くして結構の事であります。總て乳汁乳量に申分なしといふ乳母をば短氣に解雇しては往かぬと御承知成されて置かれたい、尚は再言すれば、體質も善し、乳も善しといふ乳母を得た

ならば濫りに捨てぬ様にせねばならぬ、けれ共脚氣が俄に發したとか、腸「チフス」に感染したとか、劇い僂痳質が發したとか、其他全身病、傳染病、例之ば黴毒を秘め密くし居つたのを發見した場合などに至つては、據無い是れは不意の災難です、又た性行の中でも女としての不品行や、盗心あるものなどは、是亦た止むを得無い、去りながら粗放だとか、無行義、無性ものなどは是は教へもし、勸排もし、援けもしたりして、其缺點を補ふて遣れば宜しい、併し短氣で、怒り易い人、喧嘩好きの性質ある人の如きは、前々にも申した如く、乳汁に關係を及ぼし易いですから、其甚しき場合には取替へる必要もあると思ひますけれ共可成教ゆるが宜しい、教て直るものならば解雇して、良い乳を失ふ様の不幸を見ないで濟みます。短氣で喧嘩早い風は、下等社會には往々見る所で、乳母などに出る人や、氣の強い婢女などに有り勝ちの事です、それ故乳母が温和でも、下婢が氣暴で意地曲りとでも來ますと、遂々乳母を怒らして仕舞ふ事がある、然様の場合は勿論下婢が喧嘩の種蒔を爲たのですから、能く教へ嗜なめて遣り、而かも直らぬ様でしたら、早く下婢を取替へるが宜しいと思ふ、下婢の爲めに乳母の乳を害されては困るから、即ち其原因を除くのです、併し斯様の時には奥様たる人は尤も能く注意して、全く下婢が悪いのか、若くは乳母の方に落度がありて衝突を起すのであるか、綿密にも、且つ公平にも、十分御取調べに爲つた上で、事を取計らひ成されねばならぬ、往々乳母にはずるい奴があつて、温良らしき假面を冠つて居る奴がある、加之奥方は愛兒の爲めといふ考いから、兎角乳母の方へ贔負が附き易い、故に尤も公平無私の考を用　て、御取計ひ成されたい、輕卒に下婢のみを壓される様な片落ちの裁判に成りますと、幾人下婢を取替へても駄目であります、前に一寸御話した、乳母對下婢の紛紜から家庭の風波を喚起した例など御參考の一端であります、併し此場合に於て、彼等の衝突した原因や状況を、奥様が根掘

りと、綿密に御穿鑿成さるのは宜しく無い、雙方からの訴へで裁判に反て困難を生ずる、即ち喧嘩を表向きに、且つ益々大きく致して仕舞ふ樣になる故に、奥樣は其機會に於て表面はどこ迄も知らぬ顏の半兵衞で、我れ關せず焉的の態度を示し置かれ、其裏面には反つて緻密なる注意を加へて、密かに彼等の性質行爲を能く〳〵御探索成されて、其孰れに缺點があるかを、平常能く御承知に爲り置かれますと、愈々といふ場合に、誠に公平な美まい御取計らひが出來得る事で畢竟好都合であります。

（以下次號）

家庭衛生

自覺せぬ病氣

家庭の爲めになる樣なお話と申して、別段直ぐに之ぞと云ふよい思付きもありません、何れ後日歐洲留學中に感じた事でも纏めてお話する事にし、今日は矢張り面白くもない病氣のお話でも致しませう。大槪の病氣は御承知の通り、或は頭痛がするとか、腹痛みが烈しいとか、咳嗽や、喀痰がでるとか、熱があるとか、何か自覺すべき症狀が現はれるものでありますが、多數の病氣の内には病人自分に少しも苦痛を與へぬ然かも恐るべき病氣があるのです、例へば糖尿病の如きも其一つで、病氣が進んで來れは特別でありますが、初めの程では自分で殆んと何等の苦痛をも感じないのであります、然かも此病氣は中々恐るべき病氣で、早く之を見付けて充分本式の治療を加へぬと到底癒らない病氣であります、私は近頃或る必要上多數の醫師を指揮して、健康診斷を行なひました、此際尿の檢査をも嚴重にやらせますと偶然に御自分では全く健康と信じて居らるゝ人々の内に、往々知らず知らず此恐るべき病氣に罹つて居らるゝ方々を見出したのであります、此病氣の有無を定めるには尿の檢査が最も必要なのであります。

扨て尿の檢査と申せば、之れからは一寸した病氣でも必ず行ふべき筈の、極めて必要な事でありますがまだ今日の我國の程度では中々實行され難い事であります。

又尿の檢査は醫者の方から申しますと、極く易しい事の樣ですが、又一方より申せば中々本式にやるのはむづかしいのであります。

此糖尿病は中流以上の人に多いので、初めは殆んど何等の苦痛もありません、のみならず、食慾は人並以上、體は福々と肥えた方が多いのです、然しよく注意すると往々咽乾きがしたり、尿の囘數や、分量が少し多かつたり、體が何となく勞れたり、方々が痒かつたりなどする事があるのであります。

次に腎臟炎等も此の類で、事によると殆んど自分では特別に、何等の苦痛をも感じない場合が往々あるので、偶然之れも尿の檢査で見出さるゝ場合があるのであります。

朝起きて上眼瞼が腫れぼつたいとか、時々頭痛がしたり、體が何となく勞れたり、いきぎれ、等する位な事を感ずるので、之れ等の場合にも必ず信用すべき醫者に、體と共に尿の檢査も十分して貰はんと、往々後で取り返しのつかぬ事があるのであります。

之れ等は本人のみならず、家庭の人々が常にお互に注意すべき事の一つだと考へます。

それでありますから今後の最も注意深き家庭では、一月か二月の間に一度宛は健康診斷と共に必らず尿の檢査をもさせ、又些細の病氣に罹りても必ず之を怠つてはならぬと考へます。

醫師の撰擇

一寸風邪の氣味だとか、腹具合が惡いとか云ふ場合には、近處の何でもないお手輕の醫者を迎へ、之れが幸に直ぐと癒れば何も心配する事もいらぬが、若しも風邪が肺炎となり　胃腸加答兒が盲腸炎や、重い胃病、腹膜病などに變じ中々癒らず、已に今明日

がむづかしいといふ様になりて始めて、大騒をしてやれ何々老博士とか、やれ何々の頭とかを迎へたが遂に不幸を來したと云ふ事は、往々我々の耳にする處で、諸大家を迎へたのは殆んど何の爲であるかはからぬ様なわけです。

扨て戰爭などでも勿論上にたつ大將や元帥は偉いに違ひないが、實際の計畫をたて、實地に當るのは大將などでなく、先づ佐官位な處が一番必要なので、お役人でも實際に腕を振ふのは、ずつと官等や勳位の高い上の人でなく、中邊の人々だと考へます、すべて物事をして何れの社會でも、實際役に立つのは中位の處の人々であるのは事實であります、又所謂素人受けがよくても實際其道の人から見てだめな人も少なからぬ様です、然るに先程申述べた様我國で之れ迄醫者の最も忙しいのは、極く下流の者とずつと上の人とで、其道の人から見て實際腕前のあるといふ中流の醫者は、最も閑散で利用されぬ様であります、此邊は已でに二三の具眼者には、疾くより氣の付いてをる點だと考へますけれども、一般には全く顧られぬ様であります、斯様申せば所謂大家なるものを、非常に罵倒する様でありますが、あながち決してそんなつもりではないのであります。

次に近頃次第に專門に分れ、世人もだん〳〵夫れ〳〵專門家を信用する様になりましたやうですが、之れも余程考へぬとならぬので、いくら皮膚病が癒つても、俗にいふ之れを追ひ込むで後に内症をさせ(内症とは多く腎臓炎の事なり)咽喉や鼻か癒ても、其治療の爲めに全身病を起しては何の役にもならぬ事になります、專門家の弊害は多く此點にあるので一方に夫れ〳〵專門家にかゝるのをおすゝめすると共によく、此點に注意してもらはぬと、之れ又往々飛んでもない事を來す事があるのです。

私か自分で近頃一寸した病氣に罹り、誰に治療を乞ふたら一番好からうかと考へ、さぞ素人の人々は此點にお困りであらうと考へたのです。

次に以上の通りでありますから、健康な時分に豫め

折々ふれ、こんな病氣であつたら誰にかゝるかといふ事を考へておく事のがよからうと考へます、殊に可成各科共連絡の取れ易い樣な人々を豫め考へておくのが必要と考へます。

身體の洗濯

衣服の洗濯は皆樣方の能く御承知のことで、此頃は又この雜誌にも洗濯法の講義が連載されて居るやうでありますから、それは其方の專門の方に願ひまして、私は一通り身體の洗濯法に就てお話を致して見やうと思ふのであります。

一　皮膚の洗濯

皮膚は御承知の通り、この身體を包むで居る所の活きた著物で、實に立派な物である。細胞と云ふ活きた材料で織たものであるが、少しも縫目がない。誠に軟かなものであるが、餘程亂暴な事をしなければなか／＼綻びない、老年になれば艶が惡くなり、皺が寄るが、七十年、八十年、時には百年以上、その著手居る人が活きて居る間は、只一枚で十分その用をなす。小さくもなければ、大きくもない、丁度その人の身體の大きさに適合して居る。又彈力がありて相當に伸びもし縮みもする、更に巧妙なことは、暑い時には緩むで、汗を出して熱を去り、寒い時には縮むで粟を生じて溫を失はぬやうになつて居り、常に脂が出て滑かになつて光澤を保つて居ることである。その色合も人種に依て白もあり、黒もあり、赤銅色もあるが、我々日本人のは稍や黄色を帶びて居る。同じ日本人の中でも亦比較的白いのも、褐色のも、黒いのも色々差があつて、試に繪の具で、その色、その艶を出して見やうとすると、なか／＼複雜なものである。男女、老少に由ても大分差がある。ざつと是だけの事を考へて見ても、驚歎すべき著物であるが、更にこれが痛い痒い、熱い寒いを感じ、物の粗糙であるか、滑澤であるか迄も感じ分けるに至つては、眞に巧妙不可思議の著物と謂はなければ

ならぬ。縮緬の衣服とか、羽二重の衣服とか、又種種の材料で織た種々の仕立の衣服もあるが、とても之れと較べものにはならぬ、羅綾錦繍など丶云ふても、乞食が著て居る天成の活きた一枚の皮衣には加かぬのである。

この皮膚と云ふ活きた衣服は、外の方が舊くなつて擦れて悪くなつても、自然に下から又新しく織出されて、何時も新調の姿を保つて居る。然しこれに手入れをせずに不精にして置けば、その上の方の舊くなつて擦れたものに、脂や汗が混り、塵埃も加はつて不潔になる。これが則ち洗濯法の必要なる所以である。

皮膚を清潔に保つには、木綿其他の粗糙な布で造つた肌著を著て居れば、絹物などよりは、能く垢が擦れ落ちる。又通常の衣服の如く、柔い刷毛で掃くのも一法であらう、アルコールで拭くのも一法であらう、此等が先づ皮膚の乾燥洗濯法と云ふものであらうが、普通用うる人も無し、又不完全な方法で、これだけでは實際不十分である。矢張水で洗濯することが必要である。

この洗濯には水或は湯を用ひ、石鹸で洗ふのが普通で又最も善い方法である。我國の洗湯は廉くて頗る便利であるが、衛生上から云へば、西洋流に一人〳〵に浴槽の湯を換へるやうにすれば申分が無い、然し洗湯から皮膚病を傳染すると云ふやうなことは極めて稀なことであるから、寧ろ價が廉く、何人も度々入浴することの出來る今日の洗湯は廢すべからざるものである、我邦に西洋よりも皮膚病の變なものが少いのは、度々入浴して、皮膚を清潔にすると云ふことも大に與つて力あることゝ思はれる、銘々自家に風呂が備はつて居れば誠に結構である。只我邦の浴法に於て宜敷くないのは、無暗に熱い湯に這入ることである。丸で煠蛸のやうになつて喜んで居る、それで小さな小供までこの熱湯に入れて、苦しがつて嗁立てゝも平氣で居る、實に愚なる惡習慣である人間の身體の溫度は攝氏三十七度內外であるから、

これよりも僅かに高い温度の湯が最も適當である。五十度以上にもなつては害がある。

石鹼は種々のものがあるけれども、何れも脂肪酸こアルカリーで出來て居るもので、それに香をつけたり、藥物を混じたりして、美しい貼紙を附け、非常な效能書を添へて賣出すのであるが、貼紙や香には別に皮膚を淸潔にする效能はない、只製造する際に要らざる成分が出來たり、アルカリーが餘計であつたりする、これは害になる。然し石鹼の善惡は一寸見たゞけでは、なか／＼分からない、使つて見て皮膚が甚しく乾燥したり、粗糙したりしないものならば先づ差支ない。

湯に入つて皮膚の緩むだ時に、十分石鹼を塗つて、柔かい刷毛又は手拭で摩擦すれば、皮膚の表面の角質層が膨れて軟かになつて、外から附着いた不潔物も一緒に除れる、香の好い石鹼だからと云ふて、皮膚に殘つては害がある。後で十分洗ひ落さなければならぬ。尙ほ人に依て脂肪や汗の多少があり、皮膚の強い弱いもあるから、それに由て石鹼を使ふ度數を加減し、又石鹼の性質强弱をも擇ばなければならぬ。

湯から上つて、乾いた手拭で能く水を拭き取つた後で、ワゼリン、ラノリンの如き脂肪又は香油の如きものを薄く塗るのは惡くない、殊に脂肪が少なく、皮膚の荒れ易い人には必要のことである。

白粉を顏につけるのも宜敷いが、只鉛の入つて居るものは害がある、水お白粉よりも、粉をつける方が衛生上適當である。汗や脂を吸ひ取つて、冷しいやうな快い感じをさせる、然し化粧の方から云へば、又種々の工風も要ることであらうから、それは婦人方の研究に任せるが、可成衛生にも適ふ範圍に於てしたいものである。

通常皮膚に撒布する粉は、食用コンスターチでも宜い、又亞鉛華、雲母、滑石、炭酸マグネシア、の如きものを混せて使ふ、世間で賣て居るお白粉も大抵此等のものを材料にして、それに香や色をつけたも

のである。

粉を撒布する前に、皮膚に塗るものは、硼砂又は硼酸水、グリセリン、酒精、ワゼリン、ラノリン、豚脂の如きもので、前にも述べた通り、脂氣の多い人は酒精、硼酸水などを塗り、皮膚の乾いて脂氣の少ない人は、ワゼリン、豚脂などを塗つて宜い、グリセリンは塗つたときは油のやうであるが、矢張乾燥させる氣味あるものである。

それから皮膚には、雀斑、面皰などゝ云ふやうなシミが出來ることがあり、頑癬、癜風などゝ云ふカビなど生えることがあるが、それ等のシミ拔き法は皮膚病專門の醫師に賴まなければならぬ。要するに皮膚を清潔にして、消化器、生殖器などの病氣に罹らぬやうに、罹つた時には可成早く療治して癒してしまふことが、皮膚病豫防に大切なことである。

前には洗濯に湯と石鹼を用うることを云ふた、實際垢を落すには是非必要なことで、これが最も善い方法に相違ないが、又冷水を用うることもある。これは垢を落すと云ふ目的よりも、皮膚を強くし、神經を丈夫にする效能がある。その方法は、水に手拭を浸して、全身の皮膚を摩擦するのである、或は如露のやうなもので雨のやうに身體に灌ぎかけて、その後で乾いた布を以て赤くなる程摩擦する。又全身を水槽の中に入れて、それから上つて乾いたタオールで十分摩擦することもある。何れも效驗あるものではあるが、老人、小兒、婦人などは始の間は、先づ濡手拭で拭く位のことにしなければならぬ、冷水に這入るのも二三分、五分を超えては宜くない。尙ほ風に當らぬやうにすることが必要である。

次に通常の衣服の洗濯と同じく、空氣に曝らし、日光に晒らすことがある。空氣に曝らすと云ふのは、室內で宜敷い、全く衣服を脫して素肌になることである、五六分間から始めて、三十分乃至一時間もさうやつて居る、西洋人は、これを空氣浴と名けて居る、これでも確かに皮膚を丈夫にする效がある。段段慣れると、室の外を開け放つて風に當つても平氣

になる、容易に感冒などを引くこともない。

日光に晒らすと云ふのは、所謂日向ぼつこをやつて全身に日光を浴びるのであるが、これは餘程注意をしないと害を受ける。二三分間は差支もないが、妄りに物好なことをしてはならぬ。その他、皮膚病の種類に因ては、X光線や其他の光線を浴びることもあり、電氣を浴びることもあるが、それは全く、醫者の仕事に屬するのである。

皮膚全般の洗濯法に就ては、先づざつと此位の話に止めて、これから順次身體各部の洗濯法に移つてお話する積である。

二　頭の洗濯

單に頭の皮膚を清潔にすると云ふことだけが目的ならば、譯のない話である。兵隊さんのやうに短かく毬栗頭に苅り、或はもう一歩進んで尼さんのやうに丸で剃てしまつて、前の章で述べた所と同樣、石鹼を用ひて、ブラツシで以てガシ〳〵と洗へば、それで誠に清潔になるが、婦人の頭を飾て居る髮の毛は生命にも代へる程大切なもので、なか〳〵左樣な無造作な譯にはいかぬ。それで洗濯法が稍や面倒になるのである。

元來頭の皮膚は、落屑が多い。脂肪の分泌も盛な所で、隨分汗も出る、塵埃も著くから、長い間構はずに置けば、頗る不潔になり易い、殊に婦人のやうに髮を結うて居れば、不潔になり易い、往々不快な臭氣を放つやうになる。即ち脂肪や、上皮、汗、塵埃、それにわざ〳〵塗つた油などが一緒になつて出來た所謂頭垢が分解して斯樣な惡臭を放つのであるこれは全體の健康の爲にも、髮の毛そのもの丶爲にも害がある。

これを清潔にするには矢張洗ふのであるが、無暗に洗つて必要な脂氣迄も無しては、これまた髮の爲に善くない。それでは何日目位に洗へば宜いかと云ふに、先づ一週間に一回位づ丶洗ふのが適當であらうと思ふ。洗ふのには何を用うるかと云へば、古來この爲に使はれたものが澤山ある、それに近頃種々の

美名をつけて賣出して居る洗粉は殆ど無數にある。いづれも石灰曹達が本で、石鹼と同じ作用をなすものである。それで脂はよく落ちるがその代に髮がバサ〱になる。最も直ぐ油を塗ければ善い譯ではあるが、これよりは昔風の布海苔、うどん粉、そば粉少し贅澤になつて卵の蛋白などを用ゐて、脂垢を細かに溶かして洗ひ流す方が利口な方法である、而して二月乃至三月に一度位石鹼を用ゐて十分に洗ふのが宜い。

洗ふのには、髮を解いて、出來るだけ、櫛かブラッシで頭垢を除き、布海苔、うどん粉などを溶いて、髮の地から、尖までよく揉み塗りて、湯に浸した布で以て拭き取る、二三度も斯うすれば、大概脂は取れるが、その上で微温湯を用ゐて十分洗ひ流すのである。これには土瓶か如露で掛けてもらつて、手で洗へば、少しの湯で能く洗へる。

洗つた後は、能く頭の地まで乾はかさなければならぬ、乾さずに髮を結へば、頭垢が多くなつて、臭くなり易い、早く乾かすには旋風器を用ゐたり、蒸氣の熱を應用したりすることもあるが、乾く迄、髮を解いたなりにして、自然に乾くのを待つのが最も宜い、一つは髮の毛の休養にもなつて善いのである。又その間に、髮の平常引つられて居る部分の頭の皮膚を指尖で按摩するのは善いことである。香の高い薔薇の花を卷き込んで、髮の乾くを待つなどは頗る風流である。

頭の洗濯は略ぼ此位にして、尙ほ洗濯後に附ける油のことを一寸申添へて置く。髮の毛は自然にその根から脂に潤はされて、色澤を保つて居るものであるが、前に述べた通り、長く構はずに置けば不潔になるから洗はなければならぬ。洗へば脂氣が暫時少なくなるから是非外から油を塗る必要がある。これは頭の皮膚の爲にも善い。

髮に塗る香油類も品々あるが、その本質から區別すれば、動物性の脂、植物性の油、礦物性の油となる。動物性の脂は能く沁み渡つて、髮を軟かにし、色澤

も出るが、腐り易い。礦物性の油はなか〳〵腐らないが、只髮の表面のみに止まつて、中には透らない、且つ幾分毛を引しめるから、髮の爲には餘り善くない。植物性の油は右のものに較べれば、その利害得失中間の所にある。少々臭味はあるが、胡麻油、椿油などは先づ至極適當のものと謂ふべきである。西洋流のものを用ゐて、髮を縮らしたり、赤くしたりすることは危險である。

三　耳の洗濯

古の人は、位をやるとか、金をくれるとか云はれても、耳が汚れるなどゝ云ふて清流に耳を濯いだと云ふことを聞て居るが、今日では、斯樣な話は決して聞のがすものでない、耳に手を添へ、耳を欹てゝ聞き出す。單にそればかりでは無い、昔の人は耳に惡聲を聞かず、卑しい音樂をも卻けたものであるが、今日は高位高官の人でも、所謂藝妓輩の下劣な音樂が最も耳に適すると云ふことである。益々耳の洗濯が必要である。これはまあ精神的の耳に就ての話であるが、肉の耳に就てはどうかと云ふに、

通常健康な耳は、特別に洗濯の要はないのである。然し多少耳垢は溜るから、時々掃除するが宜い、それには耳科醫の用うる、尖の方が螺旋形になつて居る金屬の棒に、脫脂綿を卷きつけて、注意して靜に廻轉しながら耳垢を除くのである。簪の所謂耳掻で以て、ガシ〳〵堀るのは甚だ善くないことである。又湯に這入る時に、手拭の端を捻つて、それに石鹼をつけて、耳の孔に入れて掃除する人のあることを見受けたが、此等は全く過つた方法である。斯樣な事をして、要らざる刺戟を與へるから、益々耳垢が多く出來て困のである。

若し耳垢が溜つたならば、オレーフ油の如きものを耳の中に滴して數時間たつて、軟かになつた所で、護謨球、所謂スポイドに微溫湯を吸入れて、片手で耳朶を取つて少し外上の方に引いて、耳の孔を可成眞直にして、徐かに洗ひ出すが宜い。而してその後は乾いた脫脂綿で靜かに拭き乾かすのである。耳を

洗ふには常に微温湯でなければ可かぬ、冷水は害がある。不注意に洗へば眩暈がして倒れるやうなことがあるから氣をつけねばならぬ。

耳へ中がたゞれたり、腫物が出來たり、又は耳漏が流れるやうな場合は、醫師の治療を受けなければならぬ、耳の病氣はなか／＼危險なもので、往々生命にかゝはるから油斷してはならぬ。

小兒が悪戯をして、豆、南京玉、石筆の短いものなどを耳の中に入れて、取れなくなることが屢々あるこれも無理に除かうとすると、反て深く入れて外聽を傷めたり、鼓膜を破つたりして、危險であるから、一寸取れない時は醫師に任かすが安全である、只蜂の如き昆蟲が飛込むで、內で騷がれては堪らない、この場合には先づ應急の手段として、濃い油をさして、蟲の運動を制し、粘膜を傷つけられないやうにして置いて、それから洗ひ出し、それで出て來なければ、そのまゝ醫師の許に行いて、ピンセットで挾み出し、又は藥で殺して取出してもらふやうにしなければならぬ。

四　鼻の洗滌

これも通常は必要のないことである。只小兒は能く洟を垂して、構はずに置けば舌を出して舐める、又手の甲や衣服の袖で横撫をやる。これは甚だ宜敷ない、養育者は注意して清潔にしてやらなければならぬ。鼻加答兒があれば可成早く治療することが肝要である、鼻が悪るければ咽喉も惡くなり、耳も惡くなり、精神の發育も妨げられることがある。小兒の青洟を二本垂らして居るのは當前のやうに心得て居るのは大なる間違である。

大人が床屋で顔の毛を剃る時に、鼻毛まで序に剃ることが流行して來た。誠に清潔好で結構なやうだが甚だ誤つた清潔法である。鼻毛は決して徒らに生えて居るのではない、その潤ふて居る毛が鼻腔の四壁から生え交はつて、呼吸と共に外から侵入して來る塵埃や黴菌をこれで、漉止め、その粘膜を保護して居る大切な役目を持て居るものである。それを邪魔

物扱ひにして悉く剃つてしまうと云ふは間違たことである。これが無ければ塵埃や黴菌は咽喉から肺迄素通をすることか出來る、假令鼻腔は廣濶なもので、常に粘液を分泌して居るから、大部分塵埃を此處に粘ばし止めるとしても、毛に止めるとは異つて直接に粘膜の刺戟となる。且つ床屋の剃刀は如何程嚴しく云ふても消毒が不完全である、否消毒などはしないものが多い。斯樣なものを以て鼻の腔を剃るは頗る危險なことである、實際これが爲に丹毒などゝ云ふ病氣を起して死に損ふものも往々ある。

鼻から冷水を吸ひ込むで口から出せば、鼻粘膜を丈夫にして鼻感冒に罹らなくなると云ふて、毎朝洗面する時に、行ふ人があるが、この鼻の洗滌は確にその效能はあるが、他に害を招くこともある、強て行ふ必要はない。

鼻がたゞれて痛い時、乾燥して刺戟を感ずるやうな場合には、ワゼリン、又は硼酸ワゼリンの如きものを塗つて置くが宜い。殊に小兒の鼻が乾燥して洟が固まつて呼吸を妨けるやうな時には、室内に湯氣を立てるか、濕れた布を掛けて置くか、吸入器で蒸氣を遠くから顏の邊に送るが宜い。

鼻加答兒の時には、硼酸水や食鹽水の如きもので鼻腔を洗ふこともあるが、これは醫師の指圖を待て行ふべきことである、只此時に屢々含嗽をするのは善いことである。

四　眼の洗滌

眼は耳や鼻とは異つて、大に洗滌の必要な場合が多い、眼病の時には殆ど眼を洗はぬことは稀である、單純の藥液で洗ふだけで十分效驗のあることが多い。

通常の眼の洗滌は頗る簡單で、朝起きて顏を洗ふ時に、眼を洗ふ。長く眠つた後には必ず多少眼脂があるが、この眼脂は上下の眼瞼の緣の所に口を開いて居る腺から分泌されるもので、眠つて居る間に、その閉ぢた眼の目塗をするものである。これは洗へば容易に落ちるものであるが、眼瞼の裏卽ち眼瞼結膜

に病氣が起れば、その分泌物が多くなつて、前の縁から出た眼脂と一緒になつて、睫毛に粘り附き、朝目を覺しても眼が閉ぢて一寸開かなくなる。

眼の外側を洗ふのは別に六ケ敷いこともない、指又は布を以て水或は湯で洗へばそれで宜い。外出先から歸つたならば、手と顔を洗ひ特に眼の周圍を能く洗ふやうにすれば眼の衛生に善いことである。眼の周圍を洗ふ時には、外眥即ち目尻の方から、內眥即ち目頭の方に向て擦するのが本統であらうと思ふ。涙は目尻の上の方から出て、目頭の方に流れる、眼瞼の自然の閉ぢ方も矢張、目尻から始まつて目頭に終るのであるから、眼に這入つた塵の出る時にも目頭から出る、つまり俗に云ふ尻が頭で、頭と云はれて居る方が反て尻の働をして居る譯である。それで眼に塵の這入つた時でも、只洗ふ時でも、目尻から目頭にその運動を助けるやうに撫で又は洗ふのが自然に適ふて居る。

面を洗ふ時に他人の手拭を借りて使ふは危險であるトラホーム、風眼などゝ云ふ性質の惡い眼の傳染病は、能く手拭から移るものである。

眼に塵埃の這入つた時は、靜に目を閉ぢて、自然に涙で流し出すやうにする、出る時は前に云ふた通り目頭の所から外に出されるのである。或は指を以て眼瞼の上から輕く目頭の方に撫でゝ、その出るのを助ける。無暗に眼を動かして、手の甲で擦つては眼球を傷つけ、少なくとも甚しく充血を起すから宜しくない。斯うしても取れなければ水で洗つて見るそれでも未だ除かれない時には、耳に蟲が飛込だ時と同じやうに、油か乳を眼にさして見る、さうすれば大概塵埃は下眼瞼の內側に來るから、その時に靜に拭き取るか洗ひ出せば宜い。然し上眼瞼の上の奥の方に這入り込めば、なか〳〵取ることが困難になるから、其時は餘りいぢらすに、眼球の運動を制すやうに輕く綳帶で壓へて眼科醫の所に往く方が善い。

眼病に罹てからは、是非眼科醫の治療を受けなければならぬが、前に述べた通り、眼科では洗滌する場

合が非常に多いので、醫師が藥をつけて洗ふのみならず、自宅でも頻回洗はなければならぬことが往々ある、此場合には、洗眼藥をもらふて、冷たいまゝで洗ふか、溫めて洗ふか、日に何回、何分間位づゝ洗ふか、その洗ふに就ての注意を示されるに違ないが、尚ほ分からぬ點は此方からも聞きたゞすべきである。通例茶碗又は硝子壺のやうなものに藥を容れて、それにガーゼを浸し、箸を以てガーゼを挾んで幾度も靜に眼を冷やし、或は蒸すやうにするのが普通であるが、往々藥を儉約して、一度洗た藥を取替へもせず、その中に眼を洗つたガーゼを入れたまゝで、五回も六回も洗ふ人がある。斯樣なことをすれば、その藥液は假令多少消毒の力があるものでも、非常に不潔になり、そのガーゼも不潔になるから、なか〳〵效能が現はれない、時としては反て害になることが屢々ある。藥だから少々不潔になつても效があると思ふては宜くない、藥もガーゼも其度毎に新しく代へなければ不可のである。又そのガーゼを挾む箸も可成硝子の箸にし、或は滑澤な象牙質の箸で、その度毎に煮ることの出來るものを用ふるやうにしたい、彼の割箸の古いものなどは宜くない、不潔になり易く、又清潔にし難いからである。眼の黑目の所に傷がある時には特に注意しなければならぬことである。

尚ほ眼脂や涙を拭く布も、殺菌ガーゼ、場合に依ては種々の消毒綿又はガーゼを二寸四方位に切つたものを澤山作つて置いて、一度使つたものは棄てるやうにしなければならぬ。眼に貼て置くガーゼ又は綿の如きものも乾燥して居るべきものは、常に乾燥して、涙や眼脂に潤ふて不潔になつては善くない、藥液を浸して眼の上から貼て置く場合もあるが、此時も不潔になつたものを又そのまゝ藥に浸して貼てゝは宜しくない、必ずその度毎に新しいものと取代へなければならぬ。

然し斯樣に小さなガーゼを用ふる場合は、自然手輕に其度毎に代へることが出來るけれども、ハンケチ

又は手拭などを用ゐては、一度で棄てゝは大變であるから、一本の手拭を眼の惡い間用うることになる、從つて不潔になるは免れない、往々甚しく不潔な、惡臭を放つやうな手拭をぐしやぐしやに水に浸して眼を拭いて居る病人を見ることが尠なくない。これではなかなか眼病は善くなるものではない、健康な眼でも斯樣なもので拭けば惡くなる。

次に何々樣のお閼伽を頂いて眼を洗へば、如何なる眼病でも直ぐ治ほると云ふやうなことを云ふ人が、今日の世の中になつてもまだ在る。閼伽とは通常神佛に供へる水のことを云ふが、これを以て眼を洗ふと云ふことは眞に垢を塗るにも等しいことである。斯樣な人はその水を一度顯微鏡で見せてもらへば宜からうと思ふ。一滴の中に幾百千の黴菌が活きて居る所を見たならば、餘り愚なことは云はなくなり、迷信の恐るべきことも悟れるだらうと思ふ。

も一つ眼病人の能くやることで、目につくのは、彼の紅い絳絹の布を以て眼を拭き或は眼を壓へて居ることである。これは慥しか文化文政の頃、西洋眼科として江戸で名高かつた土生玄碩と云ふ先生が、廣告かたがた紅い絳絹を用ゐたのが始まりである。別にこの紅い布が效能のある譯ではない、彼は眼病人だと目に立つのが善いのである。これも常に新しいものを用うるならば害もなからうが、古著の裏を剝した不潔物が多い、それを大事さうにして涙を拭き眼脂を拭ひ、何時迄も一枚の布を用うるからたまらない、斯うなつては確かに有害である。これは廢す方がよい。中には眼瞼が赤く染まるのが效能があるやうに考へて居るものがある。數年前に流行した紅療治など〻云ふ人誑かしの愚療法も、斯樣な赤い物好きの人を馬鹿にして金儲をしたのである。小供のやうに赤い色で騙されるなどは餘り氣のきかぬ話である。

（以下次號）

秋の果實

果實は見事な物である、實に美しい、又うまいものであります。人間が未だ料理法を知らなかつた時代には、先づ第一にこれに手を伸して食物としたに相違ない。甘いものもあり、酸いものもあり、香も好い、それで食慾を進め、消化を促し、榮養にもなるのであります。

果實の甘いのは何かと申しますと、これには葡萄糖、果糖、殊に蔗糖などゝ云ふ糖分が含まれて居るからであります。酸いのは何ういふ譯かと云ふに、これは果實の種類に依て種々の酸類を含んで居るからであります、例へば柚、密柑の類は枸櫞酸を主に含んで居る、最もその味つて酸いと感ずるのは遊離して居る酸だけでありますが、その外に他の成分を化合して居る酸もあるのであります。梅、杏などの酸は重に林檎酸で、葡萄は酒石酸、又苺は林檎酸と枸櫞酸を含んで居ります。

これから漸く秋になつて熟す果實も種々ありますから、その中二三の代表的果實に就て少しく味つて見たいと存じます。

林檎

林檎は近年は我邦でも立派な西洋種のものが盛に出來るやうになりました。樹の品種、土質氣候に由て千差萬別でありますが、茲に分析の例を擧げて見ますと、全量一八・八四グラムの林檎は、プロセント數で皮が二七・八二、核が一・一九、肉が七〇・九九、その中で汁が四三・八三と云ふやうな割合に出來て居りまして、これを化學的に分析した一例を擧ぐれば矢張熟したもので、プロセントで示しますと、固形物一九・六四プロセント、轉化糖七・七〇、甘蔗糖六・八一、澱粉〇・一七、酸(林檎酸)〇・六五、灰分〇・二七と云ふやうな割合になつて居ります。これも青い時から段々熟す迄に成分に變化が起りますが、その主なる變化は、熟するに從つて酸が減じて果糖分が増すのであります。

貯へて置いて甘くなるのは、大變糖分が增すやうに思はれますけれども、これは主として酸が減じて半分程になるのと、餘り甘味の無い葡萄糖が減じてその代りに甘味の強い果糖が多くなるからであります。木の上で熟して甘くなるのも、決して酸が糖になる譯ではない、酸が化合して甘くも酸くもないものになり、或は分解して少なくなる爲でありまして、糖分は根から送つて來る材料で作られるのであります。林檎は見ても美麗で、食べて味が好く、比較的消化も善い、病人や小兒にも與へることが出來ます、熟したものを生で食べて宜いが、皮は勿論剝かなければならぬ、皮には種々の黴菌が附著して居り、又蟲を殺す爲に撒布した毒物などが著いて居ることがあるからであります。林檎はゼリーにすれば病人、小兒の食物には誠に適當なものであります。寒天やゼラチンは混ぜない方が宜い。

梨

梨は水分が八三・八〇、粗蛋白質が〇・三六、溶ける無窒素物が八・二六八、その糖分が一〇、灰分が〇・三一と云ふやうな分析がありますが、種類に由て著しく差があります、概して西洋梨は水分が少なく甘味が多いやうである。梨は生で食べる外、煮ても宜いものであります、また乾梨にも致します。然し顆粒が多いものもありまして、少し食べ過ぎると胃腸を害し易い。然し梨の汁は幾分下痢を止める作用があるやうに思はれます。

葡萄

葡萄もその產地、種類にも依りますが、概して水分が多く、それに葡萄糖を澤山に含んで居る、即ち葡萄の汁千分中に百〇六乃至三百三十分位葡萄糖を含むで居ります。其外少量の護謨、蛋白、石灰と加里の酒酸鹽、燐酸鹽、色素、單寧酸などを含むで居りますので、昔から種々の病氣の時に勸められまして、特に葡萄療法と稱して、澤山葡萄を食べさすやうな場合もあります。要するに葡萄汁は清涼止渴の效があつて、腸や腎臟の機能を盛にし、肝臟の血の

循環を善くし、食慾を進める作用があるから、他の食物と適當に併せ用うる時は榮養を善くし體力を増す效があります。葡萄は顆が大きく、香が好く、甘味が多く、皮が薄く、種が小さく、汁の濃のが上等である。生で食べる外に、その汁を榨つて飲み、葡萄酒を造り、ジャミにし、乾葡萄にし、又皮のまゝ一種の漬物にすることもあり、なか〳〵用途が多い、何れも結構なものであります。小兒は核ごと嚥下から氣をつけねばなりません、その爲に腸を惡くすることが往々あります、又餘り酸味の強いものも小兒に與へられません。

柹

柹は我邦の名物で、その種類もなか〳〵澤山ありますが、熟さない間は甚しく澁い、又澁柹と稱して何時までも澁味の拔けないものがあります。この澁味は單寧を多く含むで居る爲でありまして、熟すと澁味が拔けて甘くなる理由は未熟の間は別々になつて居る所の單寧と酸化醱酵素が、肉の軟かになると共に互に相觸れて、その澁い單寧が酸化されてしまふからであります。柹を破て見ると、黑褐色の所謂ゴマがある、これが卽ち單寧の塊の酸化した所であります。澁柹の澁味を拔く、卽ちサワスと云ふ方法も、同じ理窟で、酒樽に詰めたり、或は微溫湯に漬けたりしまゝて、柹の細胞の單寧と酸化酵素とを隔てゝ居る作用をアルコールや溫熱に由て殺して、兩者を接觸させるのであります。澁柹を乾して甘くなるのも道理であります。



○御名代宮御歸京

屢々報道せる如く、曩に御名代として英國皇帝戴冠式御列席の爲め御渡英あらせられたる東伏見宮依仁親王、同妃周子殿下（本會總裁）には、去月二十三日午

後零時四十分新橋著の特別列車にて御歸京あらせられたり。奉迎者は午前十一時頃より續々として同停車場に參集し、場內階上の貴賓休憩室入口には宮家々職數名接待に忙しく、御著前には岩倉公爵家一族、西郷侯爵夫人を始め小笠原伯爵夫人、乃木、東郷兩大將夫人、後藤遞相、香川大夫、杉子爵其他陸海軍將校等數百名場內に溢れ、白襟紋付、禮帽、勳章光眩ゆく、先づ高橋驛長の御案內にて、伏見宮妃殿下、朝香宮妃殿下御入場、間もなく御名代宮御召の列車プラットホームに著するや、皇后陛下御使高倉典侍車內に入りて御諚を言上、次で伏見宮妃殿下、朝香宮妃殿下の御挨拶あり、此日依仁親王殿下には海軍少將の御正服に菊花大綬章を佩ばせられ、妃殿下には薄紫の瀟洒たる御洋裝の胸には燃ゆるばかりの眞紅の薔薇を飾らせ給ひ、長途の御旅行、些かも御疲勞の御模樣なく、御見送申上げたる際にも增して御機嫌麗はしく拜し參らせたり。此日本會よりは、岸澄子、土肥多越子、三浦敬子、岡田德子、宮本榮子、田村きよ子等の諸役員御迎申上げたり。

○催眠術の取締

大阪府知事が同市の醫師會に向つて、醫師にあらざるものが催眠術を行ふても衞生上差支ないものか否やを諮問されたので、同醫師會よりは左の如き調査報告を提出したと言ふことである。

(第一)醫學上より見たる障碍　催眠術により治療すべき疾病は制限され居るを以て之が施用には豫じめ適應症を吟味せざるべからず、然れば醫學思想なき者には適應症を知る事難かるべく、從つて醫師以外の者に催眠術應用を許すは不可なり、催眠術施用は稍もすれば醫術的治療の機を後らせる虞あり、蓋し催眠術は適應症にさらざる疾病に對しても一時苦痛を緩和し得るは明かなり、然れど根本的治療を爲す能はざるを以て苦痛の緩和は却て患者をして根本治療を等閑に附せしめ、一朝醫術的治療を受けんとするに當りては最早や手後れの觀ある事尠からず、催眠術に因する障碍は屢次之れを反復するより起る、其症狀は全身疲勞、神經過敏、頭痛、苦悶、催眠慾、幻覺、錯覺等より「ヒステリー」「ヒステリー」性痙攣抔をも起すに至る

(第二)社會的害惡　催眠術は一時知覺喪失に陷らしむるものなれば凡ゆる罪惡の行ひ易き言を待たず、例へば強奪、凡ゆる罪惡使嗾より強姦をも容易に遂行することを得

(第三)防止方法　催眠術施行を許さんには一定の試驗を施し免許

を與ふ、例ひ免許を得とも之を人に施用せんには先づ醫師をして其の人を診斷せしめ然る後一定の期限を限りて施用せしむるを要す、前二項に違反したる者には嚴重なる制裁を加ふ

○汚物掃除直營

一時大に善かつたやうであるが、東京市内の汚物掃除は近頃又不行屆になつて來た。つまり請負人の仕事であるから、何うしても横著になつて、うまく行かぬ。と云ふて打棄てゝ置いては市の衛生上宜しくないから、今度は從來の請負制度を廢して市の直營にすると云ふので、それには塵埃の燒棄場等も用意しなければならぬ必要がある所から、市參事會では此等の設備に關する調査を始めたと云ふ話である。

○床屋の衛生講習

和歌山市では豫て理髪業者の爲めに衛生講習會を開いて居つたが、先頃縣會議事堂に於てその卒業式を擧行された、講習生の數は百二十七名の多きに達したと云ふことであるが、これは一般の人の爲に誠に有難いことである。禿頭病とか、丹毒とか云ふやうな傳染病を床屋から移される危險も少なくなる譯である。

○牛の結核

過般英國に於て久しく研究された結果、牛の結核は人の結核と同じものだと云ふ報告が出たので、牛乳を飲用し、牛肉を食する人は大分驚かされた樣子であるが、獨逸のコッホ先生が、牛と人との結核は性質が異なると云ふた說は未だ容易に打消されない。のみならず我邦の學者の研究に據れば、日本の牛は結核には罹らぬと云ふことである。尙は嚴重に檢查をして居るから安心して牛乳を用ひて宜しいと云ふて居る。それでも配達されるまでに如何なる不潔な取扱をされるか怪しいと思へば、殺菌消毒と銘を打つた牛乳でも更にも一度煮て飲めば安全である。

○工場の衛生調査

内務省にては目下全國に亙り百人以上の職工を收容する各府縣の官公私立工場の衛生狀態に就き地方官を督勵して調査中なるが病者の多きは紡績、製

綵、製紙、製銅、セメントの諸會社にして何れも氣管に關する病症多く大部分は肺結核、脚氣、肺尖加答兒心臟病等なりと。

○流行性腦脊髓膜炎

數日前都下二三の新聞は、腦脊髓膜炎流行の兆ありとして、その注意を與へてあつた。何れも四五日で全快する輕い病氣のやうに書いてあつたが、なかなか危險な病氣であるから、流行するとすれば大に注意しなければならぬ。實際四五日で治癒るやうな輕症のものもあるけれども、これは寧ろ變型で、眞の流行性腦脊髓炎は非常に慘憺たる症狀を呈して、大概死亡するのが普通である。症狀と云ふのは熱が出て、頸筋が後に緊り、脊骨が痛み、重い腦症狀を起して、劇しく來れば暫時の間に死亡する、丸で卒中の如く起つて來るのもある、新聞にあつたのは、最も輕い性質のものゝ症狀に過ぎないから、更に一層氣をつけなければならぬ。尤も氣をつけると云ふても、別に仕方もないが、先づ流行して居る區域に行かないやうにする。これは一區域に限られて流行することが多い、嘗て吉原だけに流行したやうなものである。それから此の病原菌は鼻の創などから這入つて腦膜炎を起すやうであるから、それに氣をつける、甚しく心身を疲らし、又感冒などを引いて居れば罹り易いから用心しなければならぬ。

○東京市民の煙草消費高

東京市民が消費する煙草は凡そ何の位に達するかと云ふに先づ卷莨は一時間に口付八萬千九百三十本兩切一萬七千六百本葉卷九十本合計九萬九千六百二本といふ驚く可き巨額にして更に之れを一本づゝ縦けると實に二萬七千尺に達し我富士山の二萬二千二百尺を越ゆる事約五千尺。

更らに東京市内で何處が一番煙草を吸ふかと云ふに第一は日本橋區で一年間一人の煙草消費高が七圓以上八圓以下次が京橋麹町の六圓以上七圓以下次が淺草で五圓以上六圓以下次が深川本所神田赤阪本郷下谷の四圓以上五圓以下で最も少いのが麻布四谷小石

川牛込の三圓以上四圓以下。
更らに刻煙草は東京市内で一年間に三十萬一千八百九十四貫匁を烟にして仕舞ふ之を噸數に換算すると千百十四噸で我軍艦千早の千二百六十三噸に匹敵す　塵も積れば山の譬ひで驚く可き額に達すといへり。

○傳染病の用心

本年は水害などの多かつた爲か例年よりも傳染病が盛である。八月末日の調べに據て見ると、東京市内だけの傳染病でも赤痢が一五七、擬似症が八七、腸窒扶斯三七四、パラ窒扶斯三七、猩紅熱四八、實布的里一〇七と云ふ有様で、市立の傳染病院は滿員になつたことは、前號の誌上にも報道した所で、斯様な病氣は急に治癒するものでないから未だ溢れて居るに相違ないが、これから殖えないかと云ふに、なか〱油斷はならぬ。稍や涼味が立つたから大抵傳染病は下火であらうと思はれやうが、赤痢や虎列剌は八九月が眞盛りで、十月末にもならなければ衰へない、現に近頃大阪に虎列剌が發生した、何處から來たか確かには分らないが、何時東京へも侵入せまいものでもない、警視廳邊では大に警戒を加へては居るが、各自の用心が大切である、涼しくなつたからと云ふて不養生を始めてはならぬ。

○本年の犬咬傷數

東京府下に於て七月中に人を咬傷したる犬の頭數は畜犬百七十八頭、野犬三十七頭にして、被害者は畜犬に依るもの百七十六人、野犬に依るもの四十五人なり、而して右咬傷犬檢査の結果により更に類別すれば、狂犬と決したるもの畜犬にありては三十頭、被害者三十八人、野犬にありては二十頭、被害三十一人、疑狂犬と決したるもの畜犬にありて五頭、被害者四人、野犬にありては該當するものなし、而して非狂犬と決したるものは畜犬に在りては百四十三頭、被害者百三十四人、野犬にありては十七頭、被害者十四人なりといふ、是にて本年一月以降咬傷犬千百八十二頭、被害者千百七十九人に達せり恐るべ

きことなり。

○長野の長壽者

大日本私立衞生會は、長野縣安曇郡に百歳以上の長壽者が二名あると云ふことを聞いて同郡郡長稲田富臧氏に其姓名と日課の調査を依賴した所が、左の如き返信を得たと云ふことである。

▲百一歳

南安曇郡有明村　北林せん

文化八年十月生

父ハ六十五歳　母ハ七十一歳

一、父母ハ幾歳ニテ死亡セルヤ
二、夫ハ四拾四歳ニテ死亡セルモ傳染病ニシテ虎列刺ナリシト
三、嗜好物餅ヲ特ニ好ミ食事ハ極メテ少量ニシテ普通二椀位ナリシト云フ
四、酒、煙草、茶、何レモ絕對ニ欲セズ
五、入浴ハ非常ニ好ミ常ニ五日位ニハ必ズ淺間ニ參リ（往宅ヨリ半里位）入浴ヲナス然シテ淺間ニ參ラザルトキハ每夜必ズ洗湯ヘ行ク
六、夫死亡ノ時ハ四十二歳ニシテ今ヨリ五十九年前ナリ
七、子供九名アリテ（男五女四）今尙八名現存シ孫ハ十三名曾孫五名アリシト云フ
八、仕事ハ非事ニ好ミ主ナル家計ハ農業ニシテ自ラ馬ヲ飼ヒシテ非常ニ大作ヲナス、平素ノ病氣トシテハ天候ノ變リ目ニ頭痛アルノミナリシト云フ又娛樂トシテハ角力ヲ好ミ草相撲、大相撲ノアル場合ニハ單獨ニシテ必ズ見物ニ行クト云フ

長壽ノ統ハ母方ニアルガ如シ

▲百　歳

南安曇郡梓村　鰐川すゑ

文化九年十一月生

父ハ七十五歳　母ハ八十九歳

一、父母ハ幾歳ニテ死亡セルヤ
二、夫死亡ノ時ハ八十歳ニシテ今ヨリ二十六年前
三、嗜好物、麵類、靑物（梅桃もろこし等）餅ハ嗜好物中ノ第一ニシテ三四日位ハ餅ノミニシテ滿足シ居レリ
四、酒及煙草、酒ハ好マズ（然シ壯年ニハ多少嗜ミタルコトアリ）煙草ハ大好ナルモ一日四五回位ニシテ一回ノ量ハ二服以上ノ事ナシト云フ
五、食事ハ非常ニ少量ニシテ何程ノ嗜好物タリトモ過度ノ食ヲナサズ恰三度ノ食ハ其量略一定シ居ルガ如シ
六、入浴ハ非常ニ好ミ湯ノナキトキハ晩食後必ズ全身ヲ水ニテ洗フ習慣アリ
七、子供ノ有無　全然ナシ
八、本人ハ若キ時ニハ時々糈氣ノ爲メニ半日位ハ病牀ニ臥シタルコトアルモ醫師ノ藥ヲ飮ミシ

ハ是迄四回計リナリシト云フ今ヨリ三拾五六年前隱居ヲナシ夫死亡後十年計單獨生活ヲナシ此五六年前養子ト今日迄同棲セリト云フ平素非常ニ淸潔ヲ好ミ衣物ノ洗濯等ハ自ラ爲シ居リシ模様ナリ俗ニ云フ針穴ハ此三四年前迄他ヲ煩ハサヾリシト云フ母方ガ長壽ノ血統ヲ持チ居レリ

○弔辭

△楠川たま子姉(米澤支會)は同支會設立發起人にして創立以來會長として盡瘁せられ、後幹事として同會の爲に盡力せられたるが、去る八月二十日逝去せられたり、痛惜の至に堪へず、本會は玆に謹で弔意を表す。

△仁科さと子姉(米澤支會)は楠川姉と同じく、嘗て米澤支會長たり、其後幹事として同會の爲に盡されたりしが、去る八月卅日遂に逝去せられたり。謹で弔意を表す。

△吉田義路氏(本會)、同氏は本會創立以來、會の雜務に關し、其勤勉忠實は役員の等しく認むる所なりしが、本月一日遂に沒せられたり。本會は同氏生前の功勞を思ひ、深く哀悼の意を表し、香花料として金二十圓を呈せり。

廣告

○本會入會者

○事務所申込
●日本橋區矢ノ倉町矢倉病院内　通常會員　栢原ちか子

○新潟支會入會者
特別會員　渡邊さめ子

○中村しげ子紹介
特別會員　池田ちか子

○轉居

●豊橋市大字花田字東寺三五へ　内山訓子
●京橋區明石町二三へ　西澤ゆき子
●淺草區瓦町二八へ　林はろ子
●荏原郡大崎町日金猿町九四へ　松波好子
●千葉町吾妻町三ノ裏一一一三へ　津田貞子
●朝鮮忠淸南道公洲府慈惠醫院官舍へ　田中直子
●府下入新井村不入斗八〇八へ　佐藤運雄
●廣島市上幟町一五七へ　山梨識子
●臺北龍口街三遞水經寮内へ　遠水ゑい子
●本郷區曙町十ろノ五へ　川村くら子
●小石川茗荷谷町七五へ　森田かの子
●芝區高輪南町四五へ　酒井邦子

前髪心の覇王 美人印ヘーヤロール

弊店製造の特許ヘーヤロールは原料を遠く濠洲に仰ぎ新帰朝者美容術界の明星たる岡崎エン子女史が母國への土産として持ち來りしものに大改良を加へ衛生と經濟とを兼備したる逸品なる事貴婦人界既に定評あり

ヘーヤロール前髪心壹個の目方

壹尺中	貳匁四分
壹尺貳寸大	三匁四分
壹尺五寸極大	五匁五分



（後附の一）

私立 大日本婦人衛生會徽章規定

第一條　大日本婦人衛生會會員は其會員たることを表するため左の徽章を用ゆ





○本會徽章料左の如し

○通常會員章

第參號　メツキ製拾貳錢、送費六錢

第貳號　正銀製四拾錢、送費六錢

○終身及特別會員章

第壹號　七拾錢（黑塗箱入 送費九錢）　六拾錢（桐箱入 送費六錢）

第二條　會員章は本會竝に支會の集會に出席する場合は勿論襟止兼用の便あるを以て成るべく平素佩用して廣く本會の普及を圖るを要す

第三條　本會徽章は右の實價を以て會員に頒つ

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價	一册　定價金貳拾錢　郵税壹錢 三册（三ヶ月分）　前金郵税共　金四拾五錢 十二册（一ヶ年分）　前金郵税共　金壹圓八拾錢
廣告料	一頁六十二行　一行二十三字 一頁　金三圓　半頁　一圓五拾錢 ○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行十五錢
規定	○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

明治四十四年九月十七日印刷
明治四十四年九月二十日發行

編輯者兼發行者　東京市本郷區駒込追分町三十番地　莊司秋次郎

印刷者　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　今井甚太郎

印刷所　東京市本郷區駒込林町百七十二番地　杏林舍

發行所　東京市麴町區富士見町二丁目三十二番地　私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所

東京本郷區龍岡町　吐鳳堂
東京市銀座四丁目　東海堂
同市京橋區鈴屋町　眞明堂
同市本郷區本富士町　明文館
同市同區春木町　南江堂支店
京都市寺町二條南入　若林茂一郎
東京市日本橋區吳服町　北隆館
同市神田區表神保町　東京堂
同市本郷區本富士町　盛春堂
名古屋市本町三丁目　丸善書店

●●十月の卷發行●●

新婦人

本誌は一切再版せず

第一年第七號　定價　一冊二十八錢郵税二錢五厘　六冊前金郵税共壹圓七拾錢

かへり咲　油繪極彩色……………川村清雄筆

針のあと　誰家の遊俠兒か佳人をして空閨に泣かしむ（石版極彩色）…鹽崎逸陵筆

一笑百媚生　豐頬香腮滴らんとす　コロタイプ　寫眞

閑院宮妃殿下●井上正詮氏夫人●伊藤男夫人●杉子爵夫人●勝伯夫人●阿部東京府知事夫人●大島男夫人●伊地知男令孃●北村透谷未亡人

新歸朝者中島操子孃

糖業家保井氏夫人久子●丸山照子●大倉文二氏令孃文子孃●岩原謙二氏夫人武夫子●小寺氏夫人貞子●内山もと子孃●原六郎氏令孃●太田儀平氏令孃かこ子●閨秀畫家松林雪貞女史

女流木版彫刻師川村艶子孃●野口小蕙女史

嫉妬研究起草者梔花子女史同藤野愛子女史●下谷電話交換局別所ふく子孃同あい子孃

哥澤芝金女史

歌劇練習生木村駒子同山中貞子

小泉紫影孃●新藤若子孃●石橋法學士夫人德子濱田さゆり孃●齋藤かつ子孃

嫉妬之研究

各方面より嫉妬のあらゆるものを研究したる名家の意見奇拔料峭の氣紙上に横溢す

嫉妬と舊道德（大隈伯）法律より見たる嫉妬（花井博士）嫉妬は愛の興奮（源文學士）恐るべき嫉妬（田中舍身）嫉妬は女の武器（梔花子）嫉妬の味は苦い（青柳有美）嫉妬は愛の變化（藤野愛子）其他學界耆宿の研究を滿載す

附錄　家庭日記　十月分

温度表・晴雨表・獻立表　來客簿竝に九星暦附

新婦人見本　郵券三十錢

賣捌所　全國著名の書林雑誌店

發行所　東京市本郷區龍岡町　振替東京三〇五八番　聚精堂　電話下谷一六七二番　電話下谷四〇七九番